



SECRETS<sup>®</sup>

DE SOTHYS





# SECRETS

DE SOTHYS®

## LUXE

**La Crème 128**

p 3/4



**Eau de parfum**

p 5



## PREMIUM

**La Crème – Crème jeunesse premium**

p 6/7

**La Crème yeux-lèvres – Crème jeunesse yeux –lèvres**

p 8 à 10



**Le Soin excellence Secrets de Sothys**

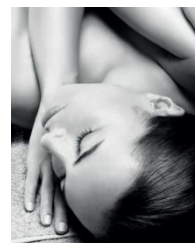
- Protocole de soin
- Récapitulatif des tests d'efficacité
- Produits professionnels
- Gestuelle visage et corps

p 10 à 15

p 16

p 17 à 20

p 21 à 45



## La Crème 128

La plus sublime des crèmes pour le plus précieux des secrets.

Cette crème gorgée d'actifs exceptionnels renferme le plus précieux des secrets, celui de la jeunesse de la peau. Sa texture voluptueuse et subtilement parfumée envoûte la peau dans le plus délicieux des rituels beauté.

Tous types de peau.

### BÉNÉFICES

Régénérée\*, la peau retrouve la vitalité d'une peau jeune. Plus lisse comme liftée, la peau est plus belle que jamais. La peau est éblouissante de beauté et paraît visiblement plus jeune.



### UTILISATION

S'applique ☀ et 🌙 par légers mouvements d'effleurage sur le visage et le cou.

### IDENTITÉ SENSORIELLE

**Texture porcelaine** : lisse et brillante au visuel, lisse et fraîche au toucher.

Onctueuse, glissante et fondante.

**Parfum** : chypré, floral, fruité

### EFFICACITÉ PROUVÉE !

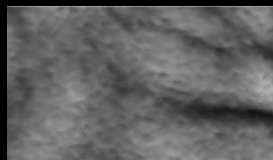
**100%**

de satisfaction  
Une texture  
confortable appréciée  
par tous les types de  
peau. <sup>(1)</sup>

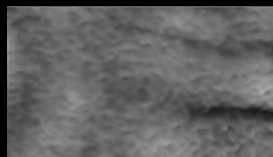
**95%**

de satisfaction  
La peau est plus lisse,  
comme liftée,  
plus lumineuse. <sup>(1)</sup>

**La Crème 128 réduit visiblement le volume des rides du visage. <sup>(2)</sup>**



Rides du lion : jusqu'à  
**-43%** <sup>(3)</sup>



Patte d'oie : jusqu'à  
**-38%** <sup>(4)</sup>

Sillon nasogénien : jusqu'à  
**-37%** <sup>(5)</sup>

### LA DIFFÉRENCE SOTHYS

Innovation Recherche avancée Sothys → Action jeunesse 360° inédite




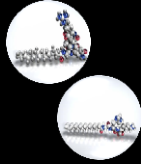





Un duo exclusif de Cellules souches de Rose Sothys et d'Huile précieuse de fleur de porcelaine : agit tel un véritable architecte de la beauté pour préserver les fondements d'une peau jeune et rétablir l'intégrité cutanée.

\*Test in vitro de Cellules souches de Rose Sothys.  
<sup>(1)</sup> Auto-évaluation sur 40 personnes, tout type de peau confondu, ayant appliqué la Crème 128 matin et soir pendant 1 mois.  
<sup>(2)</sup> Test mené sur les rides de la patte d'oie, les rides du lion et le sillon nasogénien sur 21 personnes ayant appliqué la Crème 128 matin et soir pendant 1 mois  
<sup>(3)</sup> Moyenne des 5 meilleurs résultats sur des personnes ayant appliqué la Crème 128 matin et soir pendant 1 mois.  
 Résultat moyen sur l'ensemble des participants (13 personnes) : rides du lion 24%  
<sup>(4)</sup> Moyenne des 15 meilleurs résultats sur des personnes ayant appliqué la Crème 128 matin et soir pendant 1 mois.  
 Résultat moyen sur l'ensemble des participants (20 personnes) : patte d'oie 13%.  
<sup>(5)</sup> Moyenne des 10 meilleurs résultats sur des personnes ayant appliqué la Crème 128 matin et soir pendant 1 mois.  
 Résultat moyen sur l'ensemble des participants (21 personnes) : sillon nasogénien 17%

**La Crème 128**



| OBJECTIFS  | ACTIFS CLÉS   | ACTIONS  |
|--|---|--|
| <b>Action pro- jeunesse 360°</b>                   | Extrait de cellules souches de Rose Sothys <br><i>Polyphénols, sucres et protéines</i>                           | <b>Protection</b> des cellules souches dermiques<br><b>Réduction</b> du processus de vieillissement prématuré dû aux micro inflammations quotidiennes (l'inflamm'aging)<br><b>Réactivation</b> de la synthèse de composants essentiels à la jeunesse et à la beauté de la peau<br><b>Régénération</b> cellulaire épidermique<br><b>Limitation</b> des carences énergétiques cellulaires<br>→ <b>Repulpant, raffermissant, régénérant, apaisant, revitalisant</b> |
|  | Huile précieuse de Fleur de porcelaine <br><i>Terpènes, flavones et phytostérols</i>                             | Composée de molécules actives reconnues pour leur action : apaisante (terpènes), anti-oxydante (flavones) et régénérante (phytostérols)<br>→ <b>Complète l'action de l'extrait de cellules souches de Rose Sothys</b>  |
| <b>Renforce les défenses naturelles de la peau</b> | Extrait de feuille de pêcher <br><i>Alpha-glucanes</i>   | Action basée sur le principe de l'hormesis : mime un micro-stress positif, active l'expression des vitagènes (gènes impliqués dans le maintien de l'équilibre cellulaire) et donne aux cellules les armes leur permettant de mieux combattre les agressions à venir<br>→ <b>Véritable coach cellulaire pour renforcer les capacités de défenses naturelles de la peau</b>  |
| <b>Prévient et répare</b>                          | Peptides M3.0 <br><i>Tri et tetra-peptides</i>   | Booste la synthèse des macromolécules de la matrice extra-cellulaire et limite la sénescence cellulaire<br>→ <b>Pour une peau plus ferme, plus tonique et une apparence des rides visiblement réduite</b>  |
| <b>Améliore la résilience cutanée</b>              | Oligosaccharides symbiotiques    | Renforcent les échanges derme / épiderme en agissant sur une protéine clé de la JDE (laminine-5)<br>→ <b>Améliorer le lissage et le tonus cutané</b>   |
| <b>Limite le vieillissement des chromophores</b>   | Agent illuminateur anti-âge <br><i>Association d'extraits de Rabdosia rubescens et Siegesbeckia orientalis</i> | Action globale sur les chromophores (collagène, mélanine et hémoglobine), et le stress oxydatif<br>→ <b>Uniformiser le teint, limiter et corriger les imperfections colorielles</b>  |
| <b>Affinant</b>                                    | Extrait de fleur de bigarade <br><i>Bioflavonoïdes</i>   | Stimule la lipolyse et favorise le déstockage des graisses<br>→ <b>Pour un visage comme affiné</b>   |

## Eau de parfum

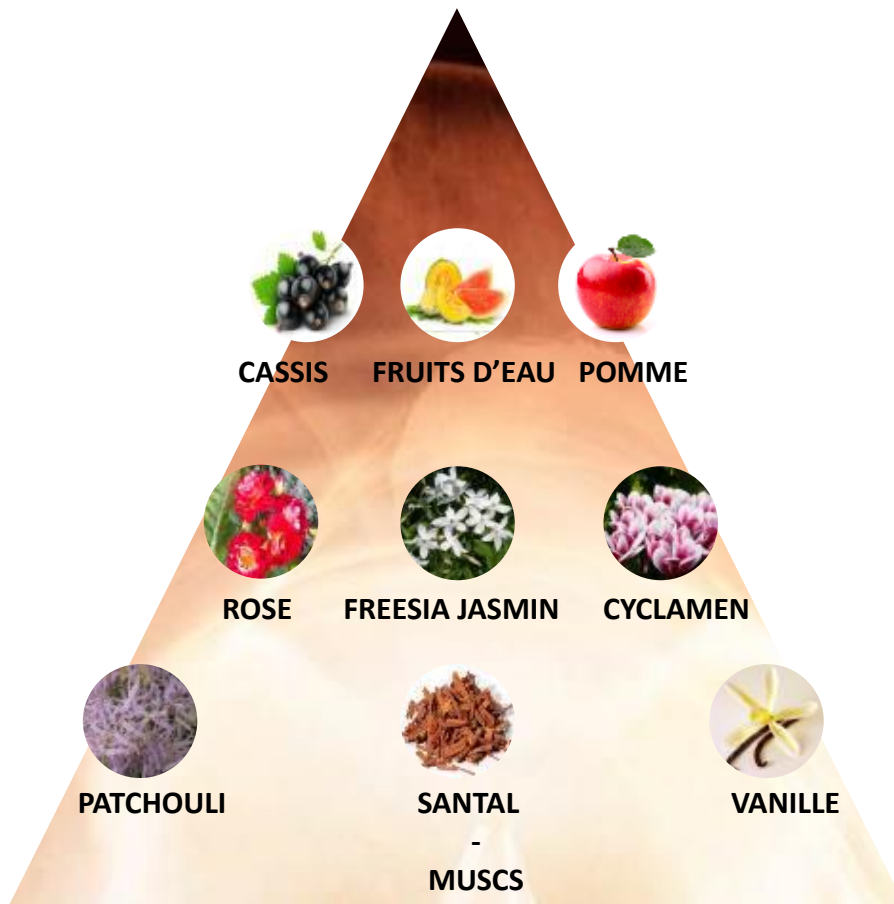
L'envoûtante senteur de la Crème 128, disponible en Eau de parfum.

Féminine et raffinée, elle signe votre élégance d'un sillage aux accents fruités sur cœur de rose et fond de patchouli.

### LES MOTS DU PARFUMEUR À L'ORIGINE DU PARFUM :

« Ce parfum élégant et charnel met à l'honneur une rose voluptueuse, sublimée par les notes de freesia et jasmin qui s'immiscent avec élégance au cœur du parfum.

Le cassis, en note tête, s'allie avec la vanille en fond pour un accord enveloppant et sensuel qui envoûte les sens, laissant jaillir une touche subtile de patchouli, créant un sillage intense et doux. »



# La Crème

## Crème jeunesse premium

Soin jeunesse d'exception  
Révèle dès l'application certains de ses secrets :

- Sublime texture active → forme à la surface de la peau un film satin biomimétique liftant
- Délicat parfum → invitation au bien-être

### BÉNÉFICES

**Jour après jour, cette crème universelle offre à la peau une action globale jeunesse sur les signes visibles de l'âge.**



#### UTILISATION

Appliquer ☀ et 🌙 par effleurages légers sur le visage et le cou.

#### INNOVATION FORMULATION

Association verte de polymères naturels

Action de surface jeunesse immédiate :

**Film seconde peau biomimétique** issu d'une technologie inédite formant un film résistant, flexible mimant les qualités naturelles de la peau pour :

- Un effet protecteur barrière
- Un effet liftant immédiat

#### IDENTITÉ SENSORIELLE

**Texture** : innovation formulation Sothys  
**Parfum** : fragrance sur cœur de pêche oriental, fruité, boisé

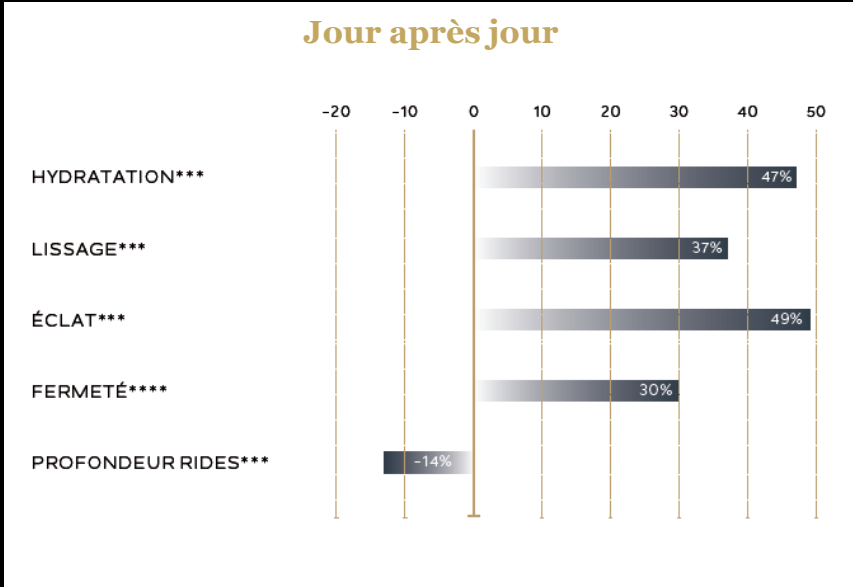
### EFFICACITÉ PROUVÉE !

**Immédiatement**

Après application,  
**80%** des utilisatrices constatent un effet lissant immédiat sur les rides\*

« Effet lifting très visible, peau très lumineuse, rides atténuées. Cette crème est tout simplement parfaite »\*\*






« Excellent produit. Peau hydratée, raffermissée, lissée durant toute la journée »\*\*



\* Auto-évaluation réalisée sur un panel de 20 consommatrices après utilisation biquotidienne du produit.  
\*\* Témoignages après 30 jours d'utilisation biquotidienne.  
\*\*\* Issues du scoring expérimentateur sur 20 personnes après 30 jours d'utilisation biquotidienne.  
\*\*\*\* Issues des mesures cliniques cutomètre sur 20 personnes après 30 jours d'utilisation biquotidienne.

**La Crème**  
**Crème jeunesse premium**



| OBJECTIFS  | ACTIFS CLÉS  | ACTIONS   |
|--|--|---|
| <b>PRÉSERVER</b><br>visiblement la<br>jeunesse   | <b>INNOVATION VITAGÈNES</b><br>(Gènes impliqués dans le maintien de l'équilibre cellulaire)  |   |
|  | Extrait de feuille de pêcher<br><br><i>Alpha-glucanes</i>   | Action basée sur le principe de l'hormesis : mime un micro-stress positif, active l'expression des vitagènes et donne aux cellules les armes leur permettant de mieux combattre les agressions à venir<br><b>→ Véritable coach cellulaire pour renforcer les capacités de défenses naturelles de la peau</b>                            |
|  | <b>INNOVATION TÉLOMÈRES</b><br>(Séquences d'ADN situées à l'extrémité des chromosomes qui ont fait l'objet d'un Prix Nobel)  |   |
|  | Algue rouge kappaphycus<br><br><i>Riche en galactanes linéaires</i>   | Pour favoriser la protection des télomères<br><b>→ Aide à préserver la longévité cellulaire</b>   |
| <b>RÉVÉLER</b><br>visiblement la<br>jeunesse   | <b>INNOVATION DOUBLE ACTION SUR LA PROTÉINE LOX</b><br>(Protéine clé dans le fonctionnement de l'épiderme et du derme qui décroît normalement avec l'âge)  |   |
|  | Complexe Peptides M3.0 – chicorée :<br><br>Extrait de feuilles de chicorée rétinol like*<br><br>  | Perfecteur du relief épidermique :<br>Va jouer sur la synthèse de la LOX au niveau épidermique afin de rendre optimale la qualité de l'épiderme et favoriser sa cohésion.<br><b>→ Contribue ainsi à restaurer la jeunesse apparente de la peau avec une efficacité clinique similaire à celle du rétinol sans les effets secondaire</b> |
|  | Peptides M3.0 (tri et tetra peptides biodisponibles)   | Actif biomimétique de peptides messagers naturels<br>Contribue à la restauration de la matrice dermique et de la JDE<br><b>→ Pour une peau redensifiée</b>  |
|  | Algue hypnea<br><i>Riche en galactanes</i>    | Va jouer sur la préservation de l'activité de la LOX au niveau dermique<br><b>→ Contribue ainsi à la qualité du derme</b>   |
|  | <b>INNOVATION GLYcation INTRACELLULAIRE ET CYTOSQUELETTE</b><br>(Glycation : phénomène de rigidification des fibres → entraîne une perte d'élasticité de la peau + entraîne des effets majeurs directement au sein des cellules et nuit ainsi à leur bon fonctionnement.<br>Cytosquelette des fibroblastes : indispensable à une bonne structure de la peau) |   |
| Algue hypnea<br><i>Riche en galactanes</i>  | Améliore l'organisation des fibres dermiques, relancer le fonctionnement optimal des fibroblastes en protégeant le cytosquelette<br><b>→ Restaure l'élasticité et la fermeté de la peau</b>  |   |

\* Effet rétinol

# La crème yeux-lèvres

## Crème jeunesse yeux et lèvres

Baume à la texture fondante  
Dépose un film lissant à la surface de la peau  
Sensation de confort et effet lifting immédiats sur les zones du contour des yeux et des lèvres

### BÉNÉFICES

**Jour après jour, cette formule 2 en 1 cible les problématiques spécifiques de ces 2 zones du visage extrêmement sensibles au vieillissement.**



### UTILISATION

Appliquer ☀️ et 🌙 sur le contour des yeux, par lissages du coin interne de l'œil vers l'extérieur et sur les lèvres et leur contour suivant la gestuelle spécifique Sothys pour une expérience sensorielle d'exception.

### IDENTITÉ SENSORIELLE

**Texture** : baume à la texture fondante  
**Parfum** : sans parfum (légère note parfumée naturelle apportée par l'huile de prune)

### INNOVATION FORMULATION

Immédiatement....  
Action hydratante : combinaison de près de **10% d'actifs hydratants** reconnus dont le beurre de karité.  
  
Testé sous contrôle ophtalmologique.

## EFFICACITÉ PROUVÉE !

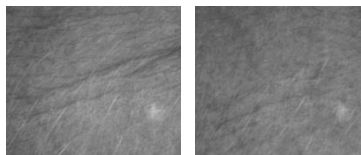
### Immédiatement

**80%** des utilisatrices constatent l'effet lissant immédiat de cette texture unique.\*

### Résultats visibles

|  |  |
|--|--|
| <b>LISSAGE</b><br>+28% après 15 jours<br>+42% après 30 jours** | <b>NOMBRES DE RIDES</b><br>-30% après 15 jours<br>-38% après 30 jours*** |
| <b>POCHES</b><br>-17% après 30 jours**                         | <b>CERNES</b><br>-25% après 30 jours**                                   |









Illustration du résultat moyen sur la diminution du nombre de rides après 30 jours d'utilisation biquotidienne.



\*Auto-évaluation réalisé sur 21 personnes après 15 jours d'utilisation biquotidienne.  
\*\*Scoring par expert. Résultats moyens sur le contour des yeux sur 21 personnes après utilisation biquotidienne.  
\*\*\*Mesures instrumentales. Résultats moyens sur le contour des yeux sur 21 personnes après utilisation biquotidienne.

**La crème yeux-lèvres**  
**Crème jeunesse yeux et lèvres**



| OBJECTIFS                                | ACTIFS CLÉS   | ACTIONS   |
|--|---|---|
| <b>PRÉSERVER visiblement la jeunesse</b> | <b>INNOVATION VITAGÈNES</b><br>(Gènes impliqués dans le maintien de l'équilibre cellulaire) |   |
|  | Extrait de feuille de pêcher<br><i>Alpha-glucanes</i>                                       | <br>Action basée sur le principe de l'hormésis : mime un micro-stress positif, active l'expression des vitagènes et donne aux cellules les armes leur permettant de mieux combattre les agressions à venir<br>→ <b>Véritable coach cellulaire pour renforcer les capacités de défenses naturelles de la peau</b> |
|  | Huile de prune  | <br>Renforcer le ciment cellulaire lipidique du stratum corneum<br>Apporte une très légère note parfumée naturelle   |
| <b>RÉVÉLER visiblement la jeunesse</b>   | Peptides M3.0<br>(tri et tetra peptides biodisponibles)                                     | Actif biomimétique de peptides messagers naturels<br>Contribue à la restauration de la matrice dermique et de la JDE<br>→ <b>Pour une peau redensifiée</b>  |
|  | Herbe divine +<br>Extrait d'arbre à soie  | <br><br>Renforcer les structures dermiques (collagène et élastine)<br>→ <b>Lutte contre le relâchement</b>  |
|  | Microsphères d'acide hyaluronique +<br>Acide hyaluronique végétal                           | <br>Comblent visiblement les rides, hydrater, lisser   |
| <b>Anticernes Anti-poches</b>            | Extrait de lotus sacré  | <br>Particulièrement reconnu pour lutter visiblement contre les poches d'origine grasseuse   |
|  | Bioflanoïdes de fleur de bigarade   | <br>Double efficacité contre les poches d'origine aqueuse ainsi que la diminution visible des cernes   |
|  | Extrait d'algue brune fucus   | <br>Diminuer visiblement l'apparence des cernes  |

# La crème yeux-lèvres

## Crème jeunesse yeux et lèvres



### GESTUELLE CONTOUR DES YEUX



**1.** Appliquer le produit en 3 points sur la paupière inférieure puis la paupière supérieure.



**2.** Lisser le produit du coin interne de l'œil vers le coin externe, jusqu'aux tempes : paupière inférieure puis paupière supérieure.  
Réaliser des petits pianotements toujours du coin interne de l'œil vers le coin externe, jusqu'aux tempes.

Commencer par la paupière inférieure (3 fois)  
puis poursuivre avec a paupière supérieure (3 fois).



**3.** Sur la paupière inférieure, réaliser des petits cercles, en 4 points, toujours du coin interne de l'œil vers le coin externe, jusqu'aux tempes (3 fois).



**4.** Sur la paupière supérieure, réaliser des petits pincements, en étirant les sourcils, en 4 points, toujours du coin interne de l'œil vers le coin externe, jusqu'aux tempes (3 fois).



**5.** Dans l'espace inter-sourcilier, réaliser des pressions croisées à l'aide des index.  
Réaliser 10 pressions

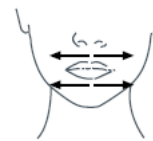


**6.** Terminer par un lissage du coin interne de l'œil vers le coin externe, jusqu'aux tempes  
Commencer par la paupière inférieure  
puis poursuivre avec la paupière supérieure.

### GESTUELLE LÈVRES ET CONTOUR DES LÈVRES



**7.** Appliquer le produit du bout des doigts sur le contour des lèvres en 4 points, puis sur les lèvres.



**8.** Avec les index, réaliser un lissage du milieu de la lèvre supérieure vers l'extérieur (3 fois).  
Procéder de même pour la lèvre inférieure.  
Réaliser 3 petits pincements entre le pouce et l'index du milieu de la lèvre supérieure vers les commissures (3 fois).  
Procéder de même pour la lèvre inférieure.

Terminer par un lissage appuyé avec les index du milieu de la lèvre supérieure vers l'extérieur et du milieu de la lèvre inférieure vers l'extérieur.

# Le Soin excellence Secrets de Sothys

Le rituel Secrets de Sothys conjugue avec élégance et raffinement les ingrédients d'un soin unique par excellence, une parenthèse de bien-être inoubliable.

Rituel sec ou humide. ♀ ♂

Tous types de peau.



Rituel visage et corps : 2h30

Rituel visage seul : 1h30

Rituel corps seul : 1h



## BÉNÉFICES

Dès le 1<sup>er</sup> soin, votre corps est profondément relaxé,

votre visage est éblouissant de beauté.

Vous ne vous serez jamais sentie aussi bien après un soin.

## EFFICACITÉ PROUVÉE

**4,5 ans de gagnés en 1 soin seulement ! <sup>(1)</sup>**

**Diminution du volume des rides :**

**-53%** après le soin <sup>(2)</sup>

**Diminution du nombre de pores dilatés :**

**-71%** après le soin <sup>(3)</sup>

**100%** des participantes  
sont encore **satisfaites**

**des résultats du soin après une semaine <sup>(4)</sup>**

Evaluation du **bien-être** et de **l'estime de soi <sup>(5)</sup>**

**Bien-être + 55%**  
**Estime de soi + 104%**

Jamais un soin n'a été aussi efficace ! <sup>(6)</sup>

**100%** de **satisfaction** peau hydratée, lumineuse, repulpée <sup>(7)</sup>  
**95%** des participantes n'ont jamais testé un soin aussi **globalement efficace** ! <sup>(7)</sup>

## PRODUITS NÉCESSAIRES

| Coffret visage (5 soins)                   | Produits hors coffret   | Accessoires                                |
|--|---|--|
| Crème veloutée nettoyante                  | Eau de linge parfumée   | Brosse nettoyante visage                   |
| Lotion florale nettoyante                  | Granité de gommage sublimateur corps  | 2 chauffelettes                            |
| Mousse de gommage AHA-PHA                  | Beurre de modelage nourrissant corps  | Brûle parfum                               |
| Sérum de modelage Lifthoplastie™           | Fluide démaquillant yeux et lèvres  | 2 porcelaines de modelage visage + glaçons |
| Baume de modelage repulpant                | Combleur velours  | Serviettes visage                          |
| Sérum tenseur                              | Maquillage : Trio enlumineur, Crayon yeux noir universel ou brun intense, Mascara essentiel, Rouge doux 132 | Pinceau yeux n°20 + Pinceau lèvres         |
| Masque anti-âge biocellulose visage et cou |   |  |
| La Crème 128                               |   |  |

## Protocole de soin

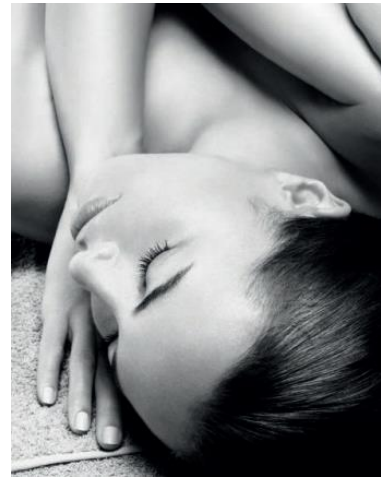
Pour ce soin d'exception, accueillez votre cliente dans une cabine spécialement aménagée : lumière tamisée, atmosphère chaleureuse...

### Préparation du soin :

- Pour le modelage corps : préparer dans le bol du Brûle parfum 40 ml de Beurre de modelage nourrissant corps.
- Prévoir deux chauffeuses à positionner au moment du masque.
- Placer des serviettes humides dans un appareil type « chauffe serviettes » :
  - pour le soin visage : 2 à 4 serviettes (2 optionnelles après modelage mains)
  - pour le soin corps : 6 à 8 serviettes (2 optionnelles après le modelage corps)
  - pour le soin visage + corps : 8 à 12 serviettes

Si vous ne disposez pas de ce type d'appareil, les serviettes pourront également être chauffées en les imprégnant avec de l'eau très chaude.

- Placer les Porcelaines de modelage visage dans un bol contenant de l'eau et ajouter les glaçons au moment du masque.



### Avant d'accueillir la cliente...

Vaporiser le linge de cabine (serviettes, draps de bain) avec l'Eau de linge parfumée.

### PHASE CORPS

Prélude d'éveil

 5 min

Recouvrir la face dorsale d'un drap de bain.

Première prise de contact en réalisant des manœuvres à sec sur la serviette.



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
**Prélude d'éveil**

Allumer la bougie du Brûle parfum.

### PHASE CORPS – Gommage

Granité de gommage sublimateur  
corps

50 ml :  
Soit 3 cuillères de 15 ml + 1 cuillère de 5 ml

 25 min

#### SANS DOUCHE

*Prévoir 6 serviettes chaudes*

Réaliser un gommage de la face dorsale.

Emulsionner le produit avec de l'eau tiède pour dissoudre les grains.

Eliminer le produit avec des serviettes chaudes puis sécher avec une autre serviette. (Procéder par zones pour le retrait)

Faire retourner la cliente et réaliser le gommage de la face ventrale puis émulsionner et enfin rincer à l'aide de serviettes chaudes puis sécher avec une autre serviette. (Procéder par zones pour le retrait)

#### AVEC DOUCHE

Réaliser un gommage sur l'ensemble du corps en commençant par la face dorsale puis ventrale.

Rincer sous la douche.

## Protocole de soin

### PHASE CORPS – Modelage

Beurre de modelage nourrissant

corps

40 ml

Soit 2 cuillères de 15 ml + 2 cuillères de 5 ml

 30 min

Réaliser le modelage essentiel puis la technique spécifique relaxante Sothys en commençant sur la face dorsale puis la face ventrale.



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Modelage essentiel



Manœuvres  
**Spécifiques**  
Relaxantes

Retirer l'excédent à l'aide de 2 serviettes chaudes si nécessaire.

A la fin du soin corps, et avant de commencer le soin visage, recouvrir la cliente d'un drap de bain et d'une couverture en fonction du confort recherché.

### PHASE VISAGE – Nettoyage / Gommage d'excellence

Fluide démaquillant yeux et lèvres

Crème veloutée nettoyante

1 sachet

Lotion florale nettoyante

Eau de linge parfumée

 10 min

Démaquiller les yeux et les lèvres.

Démaquiller le visage et le cou avec la Crème veloutée nettoyante.

Rincer à l'aide des lingettes humides pour éliminer le maximum de produit.

Parfaire le retrait avec une serviette chaude : parfumer un côté avec l'Eau de linge puis appliquer l'autre côté sur le visage.

Effectuer des pressions sur la serviette puis la retirer (*voir détail de la méthode recommandée en fin de déroulé*)

Faire suivre de la Lotion florale nettoyante. Puis sécher.

Mousse de gommage AHA-PHA

1 sachet

Baume de modelage repulpant

1 cuillère de 1,25 ml

Lotion florale nettoyante

Accessoire : Brosse nettoyante visage

 14 min

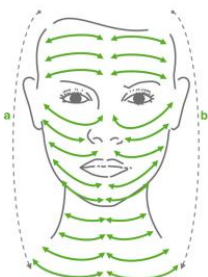
Appliquer la Mousse de gommage AHA-PHA en couche uniforme sur le visage, le cou et le décolleté, en évitant le contour des yeux.

Laisser poser 5 min le temps de réaliser, à l'aide de 1.25 ml de Baume de modelage repulpant, les manœuvres sur la zone de la nuque et du cou.



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Gommage

Emulsionner le gommage à l'aide de la Brosse nettoyante visage humidifiée :



#### Utilisation de la Brosse nettoyante visage

- Du front jusqu'au décolleté
- Mouvements de rotations le long de lignes transversales en aller-retour
- Un côté puis l'autre

Rincer avec des lingettes humides puis réaliser un deuxième passage. Rincer puis parfaire avec la Lotion florale nettoyante. Puis sécher.

## Protocole de soin

### PHASE VISAGE – Modelages d'exception

Sérum de modelage Liftoplastie™

1 sachet

 20 min

Appliquer le Sérum de modelage Liftoplastie™ sur le visage et le cou.

Réaliser des pincements anti-rides de long du sillon de chaque ride :



Puis réaliser des pétrissages profonds :



Baume de modelage repulpant

1 cuillère de 7,5 ml

Eau de linge parfumée

 12 min

Appliquer le Baume de modelage repulpant sur le visage, le cou et le décolleté en évitant le contour des yeux.



A la fin du modelage, passer un coton humide sur les cils et les paupières mobiles afin d'éliminer le surplus de produit.

Puis appliquer une serviette chaude : parfumer un côté avec l'Eau de linge puis appliquer l'autre côté sur le visage.

Effectuer des pressions sur la serviette puis la retirer (*voir détail de la méthode recommandée à la fin du protocole*)

### PHASE VISAGE – Masques haute performance

Sérum tenseur

1 sachet

Masque anti-âge biocellulose visage et cou

Accessoire : chaufferettes

 22 min

Appliquer le Sérum tenseur sur le visage et le cou et le faire pénétrer par effleurages.

Déclenchez les chaufferettes et les positionner sous la serviette au niveau des trapèzes en soulevant légèrement les épaules de votre cliente.

Appliquer le Masque anti-âge biocellulose sur le visage puis sur le cou (masque en 2 parties distinctes). Veiller à bien retirer les films protecteur. Laisser poser 15 min. Pendant le temps de pose réaliser sur le crâne :



Ajouter les glaçons dans le bol d'eau contenant les Porcelaines de modelage visage.

## Protocole de soin

### PHASE VISAGE – Masques haute performance (suite)

Beurre de modelage nourrissant  
corps ou Crème mains velours  
Lotion floral nettoyante

Puis réaliser un modelage des mains à l'aide du Beurre de modelage nourrissant corps ou de la Crème mains velours.



Manceuvres  
Spécifiques  
Mains

Si nécessaire, envelopper chaque main dans une serviette chaude.  
Puis sécher.

Retirer le masque. Rincer si besoin à l'aide de lingettes humides puis parfaire le retrait à l'aide de la Lotion florale nettoyante. Puis sécher.

### PHASE VISAGE – Lissage final effet glaçon

La Crème 128  
1 sachet

Appliquer La Crème 128 sur le visage, le cou et le décolleté.

Accessoire : Porcelaines de modelage  
visage

A l'aide des Porcelaines de modelage visage préalablement placées dans un bol d'eau glacée, réaliser un lissage du visage et du cou.

 4 min



Lissage final  
effet glaçon

Si nécessaire, absorber le surplus à l'aide d'un mouchoir en papier.

### PHASE VISAGE – Remise en beauté sublimatrice

Combleur velours  
Trio enlumineur  
Crayon yeux noir universel ou brun  
intense  
Mascara essentiel  
Rouge doux 132

Pour conclure ce soin d'exception, procédez à une sublime remise en beauté :

*Avant d'appliquer le Combleur velours, faire découvrir la texture et le fini sur le dos de la main.*

- Appliquer le Combleur velours par petites touches sur le visage.
- Réaliser un maquillage des yeux à l'aide du Trio enlumineur, Crayon yeux noir ou brun et Mascara essentiel.
- Rehausser les pommettes à l'aide du Rouge doux 132.
- Pour illuminer les lèvres utiliser également le Rouge doux 132 ou un rouge à lèvres à la convenance de la cliente ou pas de maquillage des lèvres.

Accessoire : pinceau yeux 20 +  
pinceau lèvres

 8 min

Méthode recommandée pour appliquer la serviette chaude sur le visage :

*Appliquer la serviette en débutant par le cou et faire se rejoindre les 2 coins supérieurs au niveau du front.  
Effectuer des pressions sur la serviette :*

- Pressions simultanées avec les mains : côtés du visage puis front et ovale.
- Puis pressions simultanées avec la pulpe des doigts : front, région sus puis sous orbitaires, sous l'os zygomatique, puis région sous mandibulaire.
- Refaire une pression simultanée sur le front et ovale puis sur les côtés du visage.

*Retirer la serviette : maintenir chaque coin et effectuer des lissages vers l'extérieur, du front jusqu'au menton.*

*Rabattre la serviette sur le décolleté et les épaules : pressions sur le décolleté avec la paumes des mains.*

*Envelopper la serviette autour de votre main et lisser d'une épaule à l'autre.*



## Récapitulatif des tests d'efficacité

**4,5 ans de gagnés en 1 soin seulement ! <sup>(1)</sup>**

*<sup>(1)</sup> Autoévaluation sur 21 personnes ayant reçu un Soin excellence Secrets de Sothys.*

**Diminution du volume des rides : -53% après le soin <sup>(2)</sup>**

*<sup>(2)</sup> Moyenne obtenue par mesures instrumentales après un Soin excellence visage Secrets de Sothys sur 17 personnes avec l'application du Combleur velours.*

**Diminution du nombre de pores dilatés : -71% après le soin <sup>(3)</sup>**

*<sup>(3)</sup> Moyenne obtenue par mesures instrumentales sur 21 personnes après un Soin excellence visage Secrets de Sothys avec application du Combleur velours.*

**100% des participantes sont encore satisfaites des résultats du soin après une semaine <sup>(4)</sup>**

*<sup>(4)</sup> Autoévaluation sur 21 personnes ayant reçu 1 Soin excellence visage Secrets de Sothys.*

Evaluation du **bien-être** et de **l'estime de soi** <sup>(5)</sup>

**Bien-être + 55%**

**Estime de soi + 104%**

*<sup>(5)</sup> Autoévaluation : moyenne obtenue sur une échelle de 1 à 10 réalisée sur 21 personnes avant et après avoir reçu 1 Soin Excellence visage Secrets de Sothys avec l'application du Combleur velours en fin de soin.*

Jamais un soin n'a été aussi efficace ! <sup>(6)</sup>

*<sup>(6)</sup> Chez Sothys*

**100% de satisfaction peau hydratée, lumineuse, repulpée <sup>(7)</sup>**

**95% des participantes n'ont jamais testé un soin aussi globalement efficace ! <sup>(7)</sup>**

*<sup>(7)</sup> Autoévaluation sur 21 personnes ayant reçu 1 Soin Excellence visage Secrets de Sothys.*

## Produits professionnels corps



**Granité de gommage  
sublimateur corps**

### PHASE CORPS – Gommage

**Une texture fondante à souhait enrichie en grains de sucres exfoliants pour un corps doux et velouté**

**Texture :** granité solide qui se transforme en huile granuleuse au contact de la peau  
**Parfum :** chypré, floral, fruité



| ACTIFS           | ACTIONS                     |
|------------------|-----------------------------|
| Grains de sucres | Action exfoliante mécanique |



**Beurre de modelage  
nourrissant corps**

### PHASE CORPS – Modelage


**Un beurre de karité ultra fondant qui se transforme en huile pour une peau nourrie et délicatement sublimée**

**Texture :** beurre solide qui fond au fur et à mesure de l'application  
**Parfum :** chypré, floral, fruité



| ACTIFS  | ACTIONS   |
|---|---|
| Beurre de karité  | Nourrissant, réparateur, adoucissant et assouplissant |

## Produits professionnels visage




**Crème veloutée nettoyante**  
+  
**Lotion florale nettoyante**

**PHASE VISAGE – Nettoyage / Gommage d'excellence**

**Une crème onctueuse au toucher velours associée à une eau fraîche pour démaquiller la peau tout en douceur**

**Texture :** crème dense, onctueuse, enveloppante et fondante. Toucher satin  
**Parfum :** chypré, floral, fruité

| ACTIFS  | ACTIONS   |
|---|---|
| <b>Crème veloutée nettoyante</b>  |   |
| Polyphénols de karité dont acide gallique   | Protègent la peau des effets néfastes des polluants urbains<br>→ <b>Détoxifiant, dépolluant pour un effet anti grise mine</b> |
| <b>Lotion florale nettoyante</b>  |   |
| Eau florale de rose  | Reconnue pour ses propriétés adoucissantes et rafraîchissantes  |



**Mousse de gommage AHA-PHA**

**PHASE VISAGE – Nettoyage / Gommage d'excellence**

**Appliqué à l'aide de la Brosse nettoyante exclusive Sothys, ce gommage enrichi en PHA et AHA, à la texture aérienne élimine les impuretés pour un effet peau de pêche**

**Texture :** à la fois dense et aérienne.  
A l'application, mousse dense d'une grande douceur qui enveloppe la peau  
**Parfum :** chypré, floral, fruité



**PRO** x5



**PRO**



**PRO** x5



## Produits professionnels visage



### PHASE VISAGE – Modelages d'exception

**Un modelage lacté enrichi en extrait de cellules souches de Rose Sothys et huile précieuse de fleur de porcelaine pour régénérer durablement la peau**

**Texture :** lotion lactée texturée très glissante à l'application  
**Parfum :** sans parfum



| ACTIFS  | ACTIONS  |
|---|--|
| Extrait de cellules souches de Rose Sothys<br><i>Polyphénols, sucres et protéines</i>  | <b>Protection</b> des cellules souches dermiques<br><b>Réduction</b> du processus de vieillissement prématuré dû aux micro inflammations quotidiennes (l'inflamm'aging)<br><b>Réactivation</b> de la synthèse de composants essentiels à la jeunesse et à la beauté de la peau<br><b>Régénération</b> cellulaire épidermique<br><b>Limitation</b> des carences énergétiques cellulaires<br>→ <b>Repulpant, raffermissant, régénérant, apaisant, revitalisant</b> |
| Huile précieuse de Fleur de porcelaine<br><i>Terpènes, flavones et phytostérols</i>    | Composée de molécules actives reconnues pour leur action :<br>apaisante (terpènes), anti-oxydante (flavones) et régénérante (phytostérols)<br>→ <b>Complète l'action de l'extrait de cellules souches de Rose Sothys</b>   |
| Sphères de comblement à l'acide hyaluronique*<br>*en solution   | Acide hyaluronique de haut poids moléculaire encapsulé dans des sphérulites<br>→ <b>Lissage rapide et durable des traits, rides comme comblées</b>   |











### PHASE VISAGE – Modelages d'exception

**Un baume onctueux ultra fondant pour repulper instantanément la peau**

**Texture :** crème beurre. Fondant extrême au contact de la peau pour l'envelopper de douceur  
**Parfum :** chypré, floral, fruité

| ACTIFS   | ACTIONS   |
|--|---|
| Extrait de feuille de pêcheur<br><i>Alpha-glucanes</i>  | Action basée sur le principe de l'hormesis : mime un micro-stress positif, active l'expression des vitagènes (gènes impliqués dans le maintien de l'équilibre cellulaire) et donne aux cellules les armes leur permettant de mieux combattre les agressions à venir<br>→ <b>Véritable coach cellulaire pour renforcer les capacités de défenses naturelles de la peau</b> |
| Extrait de graines de tamarinier   |  Agissant tel un acide hyaluronique végétal<br>→ <b>Régulateur d'hydratation</b>   |

## Produits professionnels visage

|  |   |   |
|--|---|---|
|  <p><b>Sérum tenseur</b></p>                              | <p><b>PHASE VISAGE – Masques haute performance</b></p>  |   |
|   | <p><b>Un gel crème très onctueux appliqué sous un masque bio-cellulose pour un effet liftant immédiat</b></p>   |   |
|  | <p><b>Texture :</b> gel crème onctueux, frais à l'application. Enveloppe la peau d'un film tenseur<br/> <b>Parfum :</b> chypré, floral, fruité</p>      |   |
|  | <p><b>ACTIFS</b></p> <p>Extrait de manioc<br/> <i>Glucanes</i></p>  | <p><b>ACTIONS</b></p> <p>Forme un réseau moléculaire 3D à la surface de la peau pour créer un film viscoélastique<br/> <b>→ Effet tenseur et lissant immédiat</b></p>   |
|  <p><b>Masque anti-âge biocellulose visage et cou</b></p> | <p><b>PHASE VISAGE – Masques haute performance</b></p>  |   |
|   | <p><b>Masque seconde peau pour un effet liftant immédiat</b></p>  |   |
|  | <p><b>Texture :</b> film lisse, souple. Très frais à l'application.<br/> <b>Parfum :</b> sans parfum</p>  |   |
|  | <p><b>ACTIFS</b></p> <p>Polysaccharides naturels</p>  | <p><b>ACTIONS</b></p> <p>Forment un film tenseur à la surface de la peau, capable de retenir l'eau</p>  |
|  <p><b>La Crème 128</b></p>                             | <p><b>PHASE VISAGE – Lissage final effet glaçon</b></p>   |   |
|   | <p>Se reporter à la fiche du produit à domicile</p>   |   |
|  <p><b>Combleur velours</b></p>                         | <p><b>PHASE VISAGE – Remise en beauté sublimatrice</b></p>  |   |
|   | <p><b>Touche finale du soin, le Combleur velours pare la peau d'un voile poudré pour un effet « soft touch** » et un teint lisse sans brillance</b></p> |   |
|  | <p><b>Texture :</b> pâte onctueuse, très douce à l'application. Toucher velours, poudré.</p>  |   |
|  | <p><b>ACTIFS</b></p> <p>Association optimisée de poudres soft focus</p>   | <p><b>ACTIONS</b></p> <p>Poudres sphériques et hexagonales qui interagissent avec la lumière, pour flouter les rides les pores et autres imperfections<br/> <b>→ Lisse et matifie pour un effet « peau parfaite »</b></p> |

\*\*toucher doux

## Gestuelle visage et corps



**Manœuvre effectuée 1 fois**

**Manœuvre effectuée 2 fois**

**Manœuvre effectuée 3 fois**

**Position de praticien(ne)**



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Prélude d'éveil

p 16/17



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Modelage essentiel

p 18/19 (face dorsale)  
p 24 (face ventrale)



Manœuvres  
**Spécifiques**  
Relaxantes

p 20 à 23 (face dorsale)  
p 25 à 27 (face ventrale)



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Gommage

p 28



Manœuvres  
**Spécifiques**  
Anti-rides

p 29



Manœuvres  
**Spécifiques**  
Liftoplastie™

p 29



Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Modelage

p 30 à 33



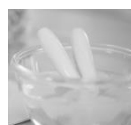
Manœuvres  
**Digi-Esthétique®.**  
Masque

p 34



Manœuvres  
**Spécifiques**  
Mains

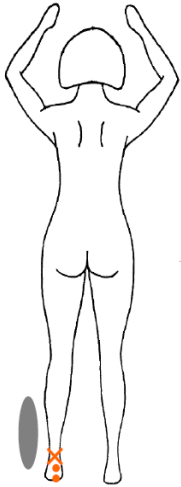
p 35 à 38



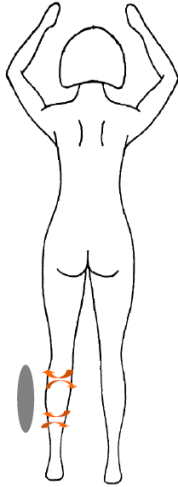
**Lissage final**  
effet glaçon

p 39

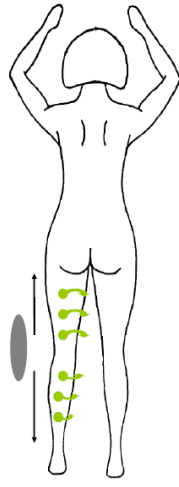
Recouvrir la face dorsale d'une serviette de bain et positionner une serviette roulée sous les coups de pied



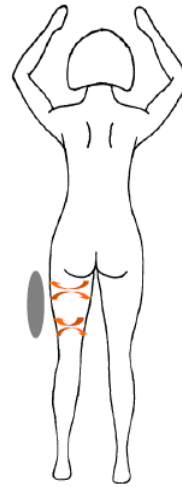
Pressions simultanées voûte plantaire en 2 points et cheville.



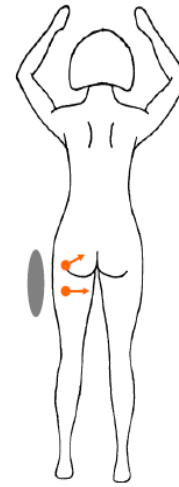
Vagues mollet.



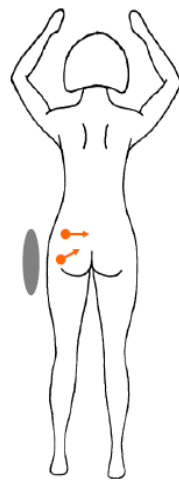
Pression passage mollet/cuisse en 3 temps avec l'éminence thénar.



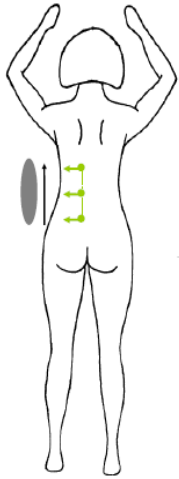
Vagues cuisse.



Pressions alternatives cuisse/fesse.



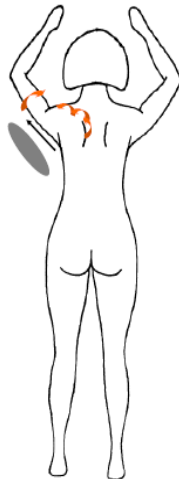
Pressions alternatives fesse/lombaire.



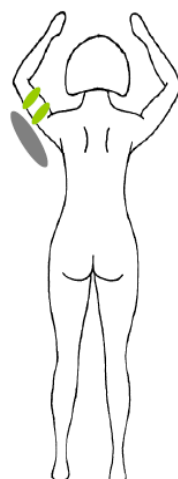
Etirement colonne en 3 temps.



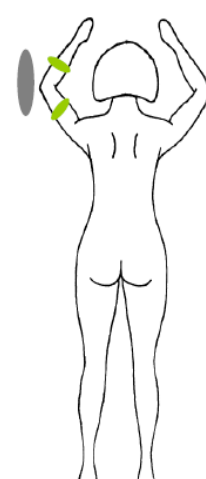
Vagues en pressions colonne/trapèze.



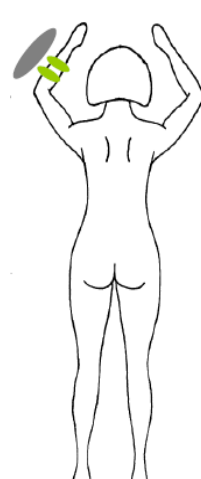
Vagues en pressions trapèze/bras.



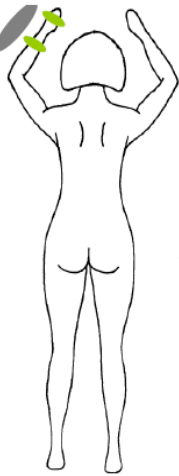
Pressions bras.



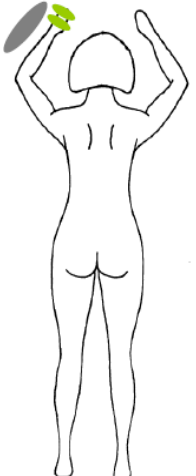
Pressions bras/avant-bras.



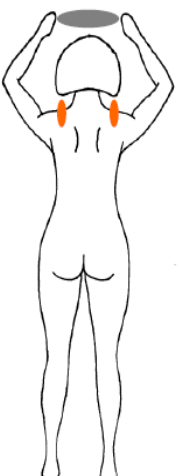
Pressions avant-bras.



Pressions avant-bras/main.

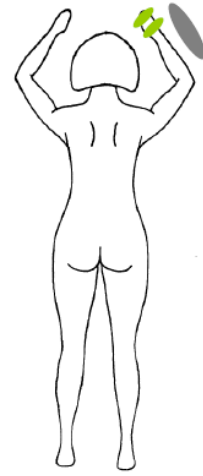


Pressions main.

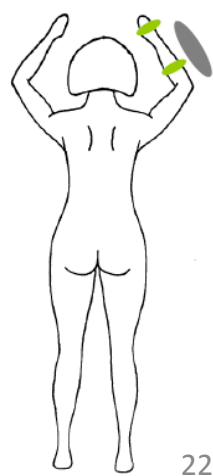


Pressions trapèzes.

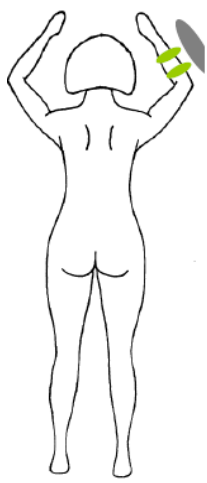
Redescendre sur le bras opposé et effectuer les mêmes manœuvres, inversées sur le côté opposé.



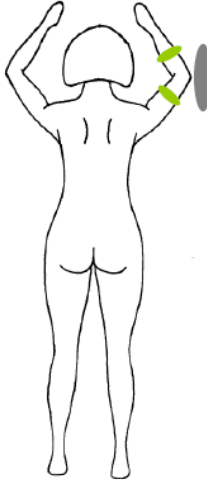
Pressions main.



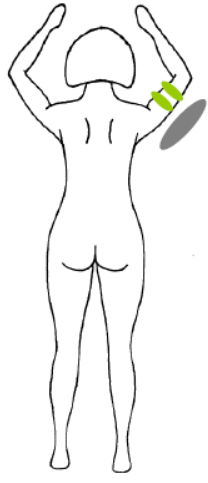
Pressions avant-bras/main.



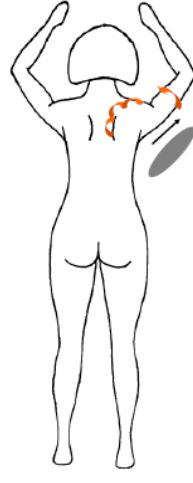
Pressions avant-bras.



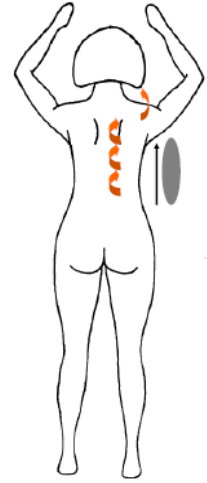
Pressions bras/avant-bras.



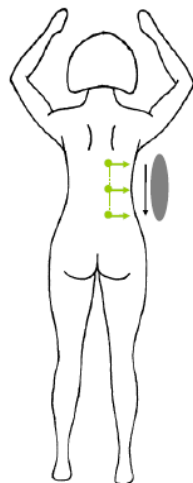
Pressions bras.



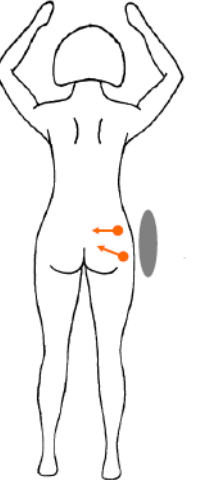
Vagues trapèze/bras.



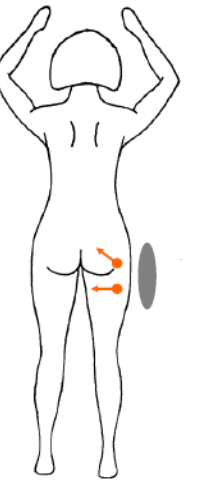
Vagues colonne/trapèze.



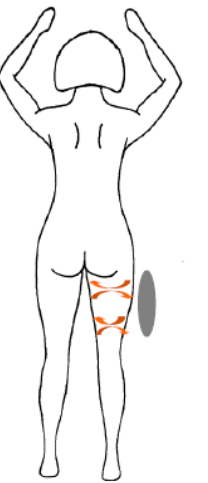
Etirement colonne en 3 temps.



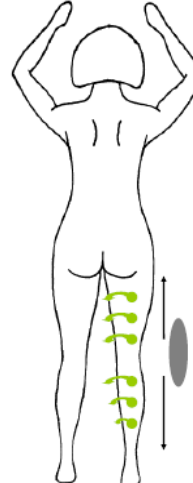
Pressions alternatives fesse/lombaire.



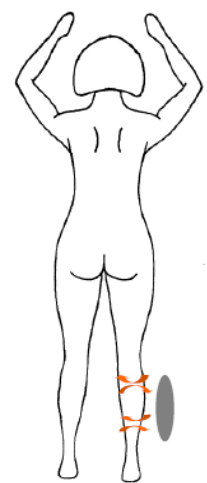
Pressions alternatives cuisse/fesse.



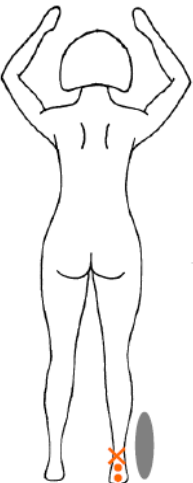
Vagues cuisse.



Pression passage mollet/cuisse en 3 temps avec l'éminence thénar.



Vagues mollet.

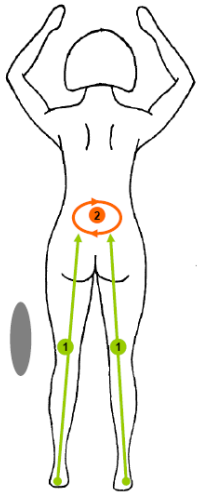


Pressions simultanées voûte plantaire en 2 points et cheville.

A la fin du 2ème pied, lisser le côté près de soi sans lâcher le corps jusqu'aux épaules. Les doigts en contact avec la peau, attraper la serviette et la faire glisser du haut du dos jusqu'aux chevilles en maintenant un contact avec la peau.

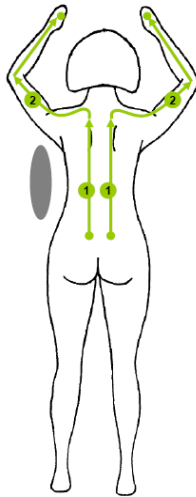


Prendre du produit dans les mains et sur les avant-bras



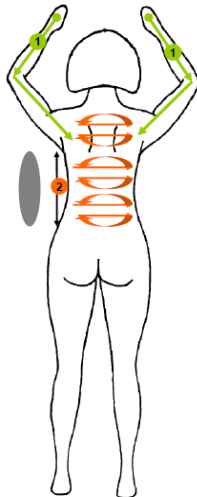
Partir des chevilles et remonter jusqu'au bas du dos.

Geste de base circulaire.



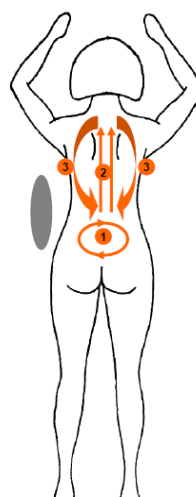
Lisser colonne – trapèzes – bras – mains.

Stop.



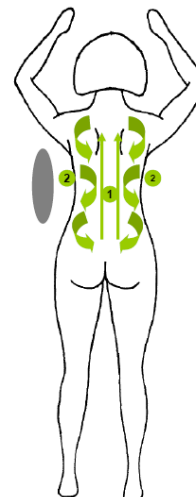
Lisser mains – trapèzes.

Travail avant-bras aller/retour dos.

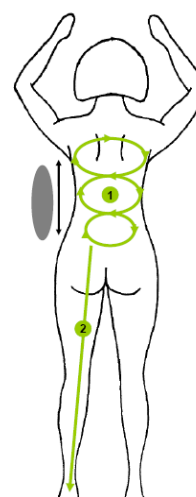


Geste de base.

Remonter colonne et redescendre côtés du dos.

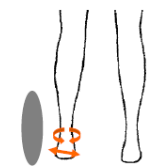


La 3<sup>ème</sup> fois, descendre en mini-vagues.

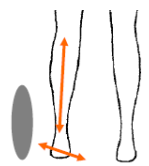


Geste de base qui s'agrandit et diminue.

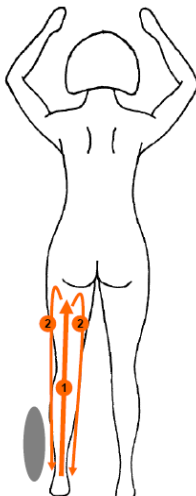
Partir jambe près de soi.



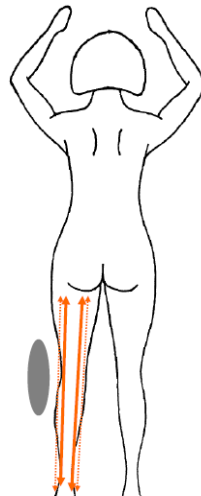
Pied : avant-bras et pince cheville.



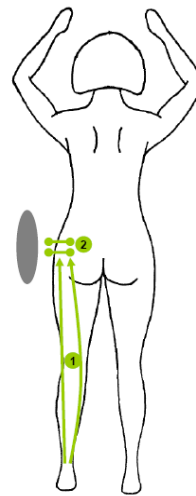
Huilage pieds avant-bras et pince mollet.



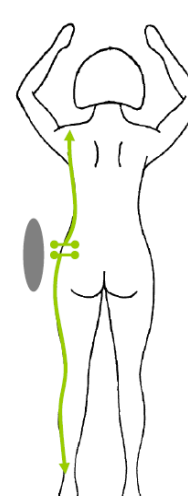
Drainage jambe.



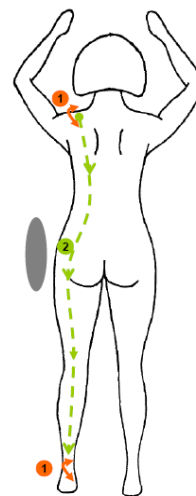
Grand balancier.



Remonter sur la jambe et se positionner sur la fesse.

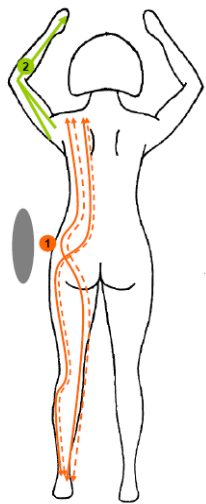


Etirer et soulever le côté du corps.



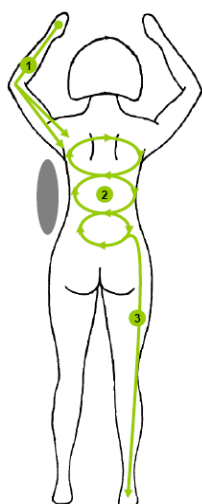
Pétrissages alternatifs trapèze/cheville.

Redescendre à la cheville.



Grand balancier.

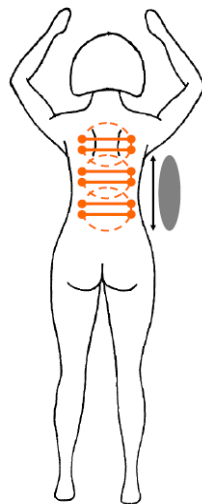
La 3<sup>ème</sup> fois partir sur le bras.



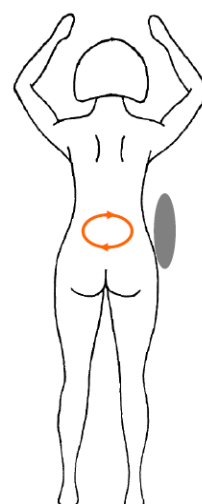
Geste de base qui s'agrandit et diminue.

Partir sur la jambe opposée.

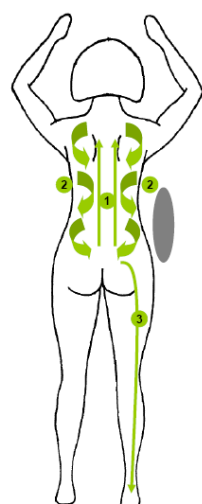
Réaliser les mêmes manœuvres sur l'autre jambe.  
A la fin du grand balancier de la 2<sup>ème</sup> jambe :



Chaudron aller/retour.

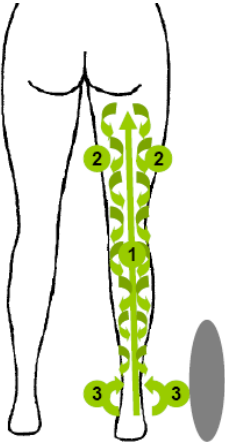


Geste de base.

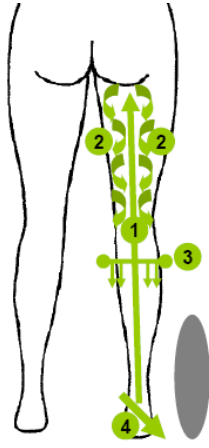


Remonter jusqu'aux trapèzes, descendre en mini-vagues.

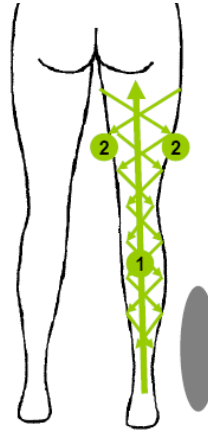
Partir sur la jambe près de soi.



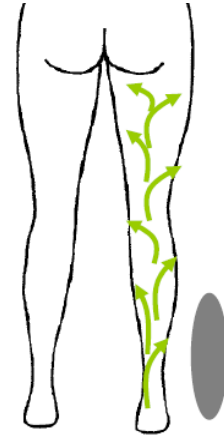
Drainage jambe et descente en mini-vagues.  
Tourner autour des malléoles.



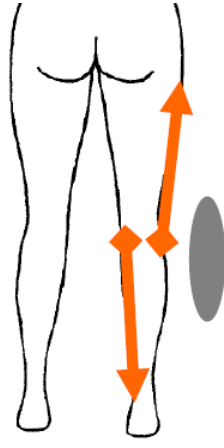
Drainage jambe et descente en mini-vagues cuisse + chausson mollet.  
Avant bras lisse le pied.



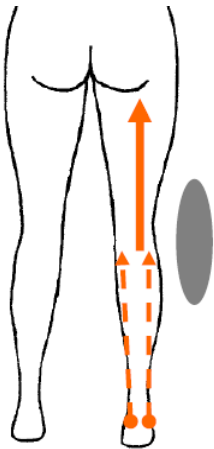
Drainage jambe et descente en croisant / décroisant.



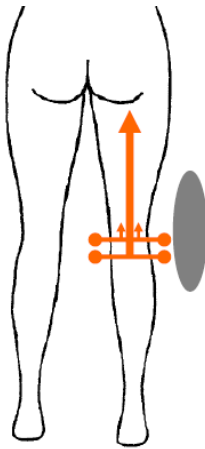
Lissage alternatif jambe.



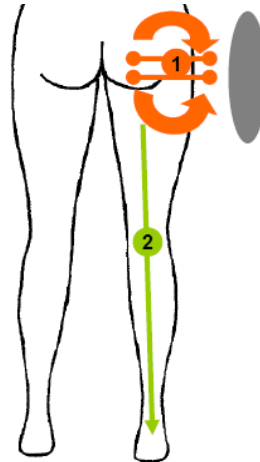
Etirement longitudinal avec tranches des pouces.



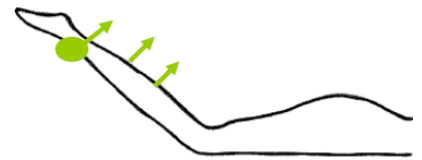
Lissage inversé du mollet puis drainage cuisse.



Drainage cuisse avant-bras.



Lissage alternatif avec avant-bras fesse près de soi.  
Descendre vers la cheville.



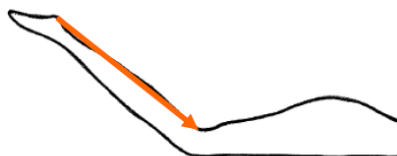
Plier la jambe.



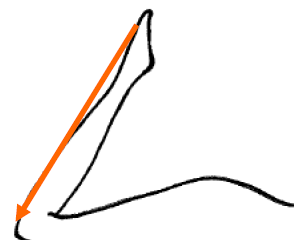
Pétrissage des espaces interosseux.



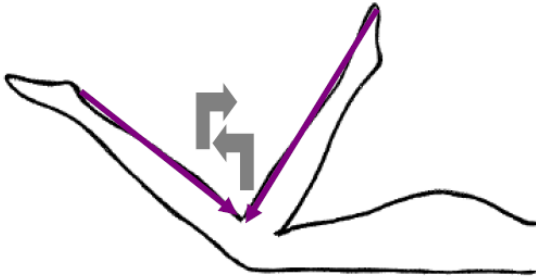
Lissage croisé / décroisé.



Lissage cheville et mollet.



Lissage coup de pied et tibia.



Lissage alternatif dessus / dessous.



Drainage alternatif dessus / dessous.



Lissage alternatif inversé du tibia.



Lissage voûte plantaire.



Pétrissage voûte plantaire.



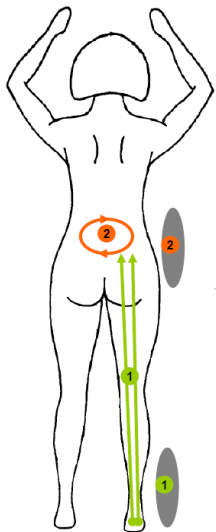
Pressions poing circulaires.



Tourner autour des malléoles avec le bout des doigts.



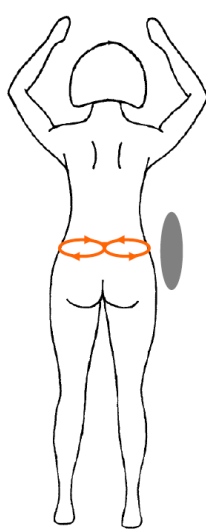
Lissage profond talon d'Achille avec les pouces.



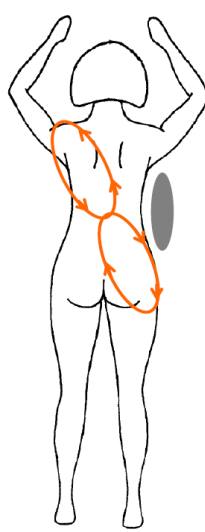
Lissage profond de jambe

+

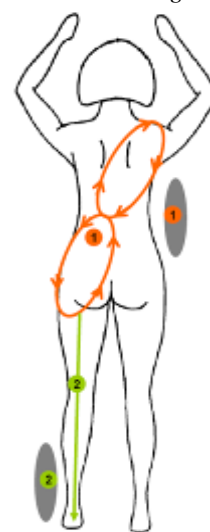
Geste de base.



Mini huit taille (mains superposées)



Huit : fesse près de soi → épaule opposé.

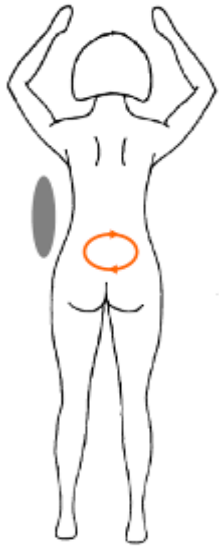


Huit : épaule près de soi → fesse opposée.

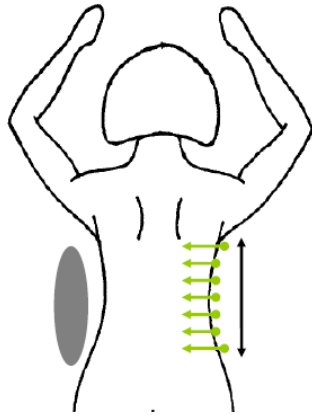
Descendre sur la jambe opposée.

Réaliser les mêmes manœuvres sur l'autre jambe.

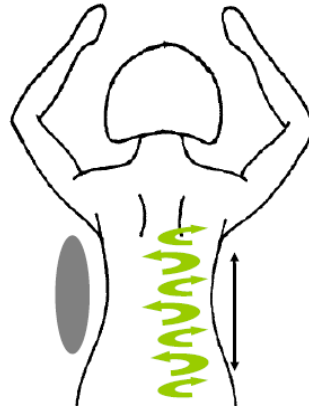
A la fin du « lissage profond de la jambe »



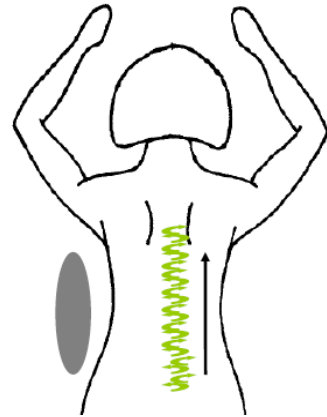
Geste de base.



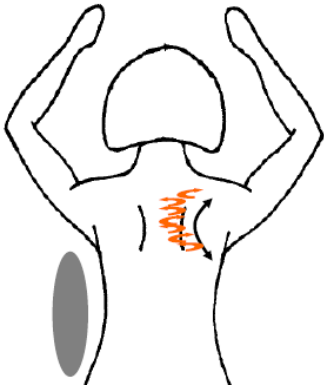
Lissage alternatif inversé du côté opposé. Monter/Descendre.



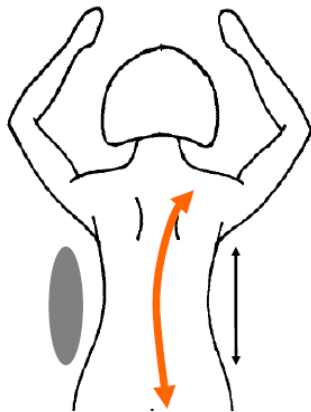
Petits pétrissages grand dorsal opposé. Aller/Retour.



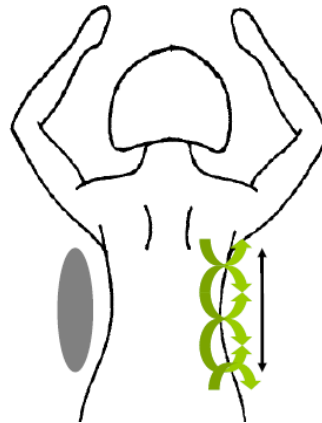
Petits pétrissages de la zone épineuse opposée. Monter.



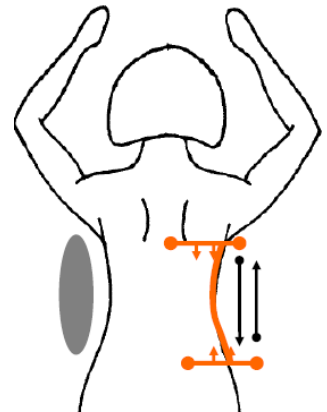
Petits pétrissages en hamac trapèze opposé.



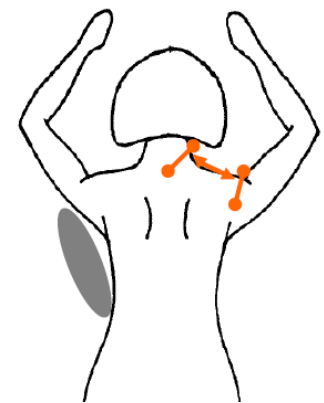
Grand hamac zone épineuse opposée.



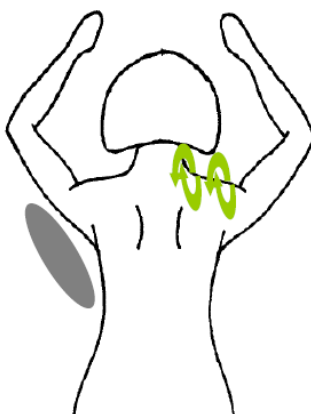
Plonger avec les paumes côté opposé. Monter/Descendre.



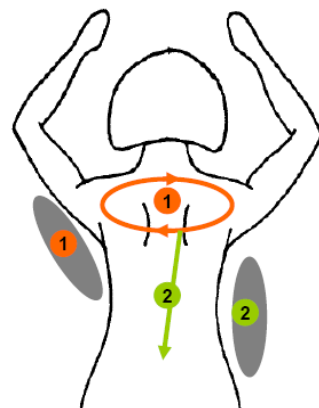
Etirement taille bras (avec les avant-bras).



Etirement du trapèze et de l'occiput.



Pétrissages trapèze.

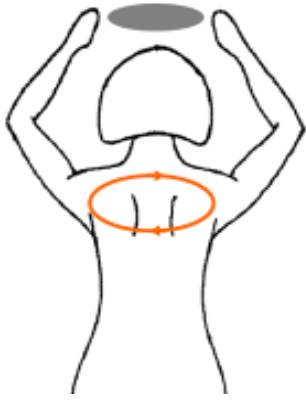


Geste de base circulaire épaule.

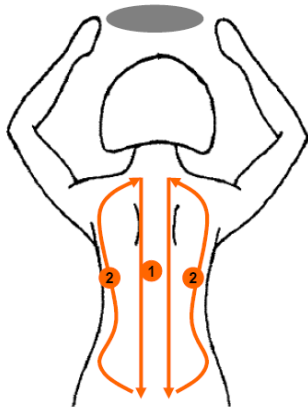
Passer de l'autre côté.

Descendre bas du dos.

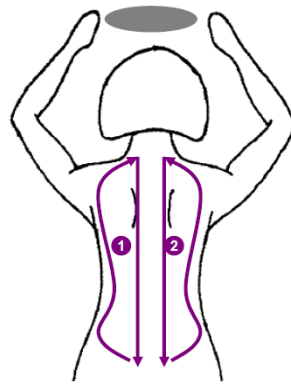
Réaliser les mêmes manœuvres de l'autre côté du dos.



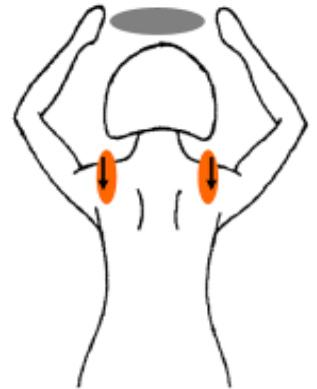
Geste de base circulaire.  
Se positionner au dessus  
de la tête.



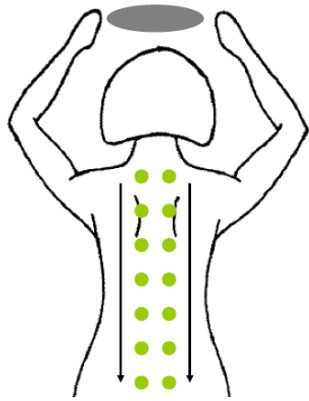
Bonjour du dos ensemble.



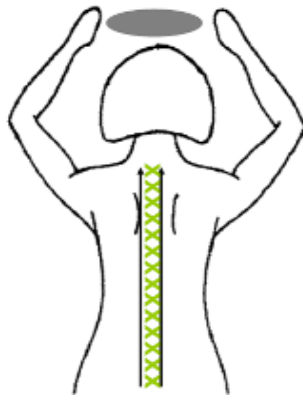
Bonjour du dos alternatif.



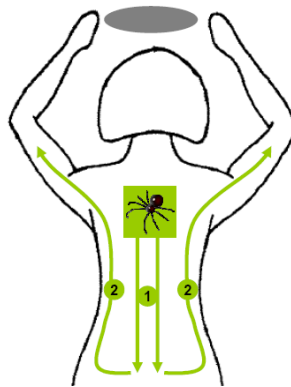
Mains à plat poussent les 2  
épaules.  
Ensemble/Alternatif/Ensemble.



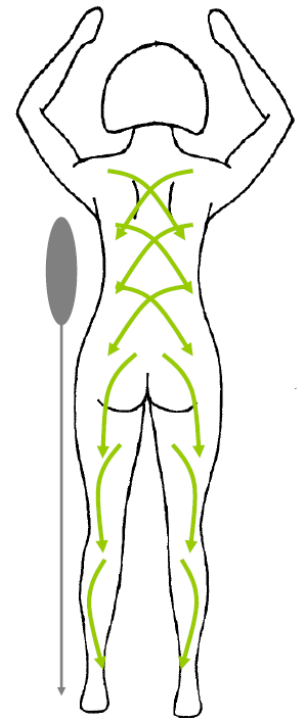
Pressions dans chaque  
espace inter osseux de la  
colonne avec les pouces.



Remonter en  
croisant/décroisant.



Araignée du dos.

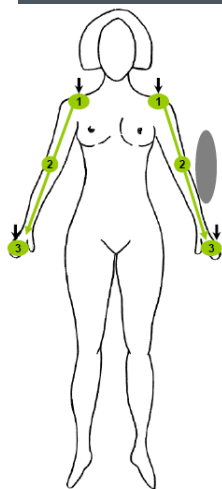


Descendre lentement en  
lissages alternatifs inversés

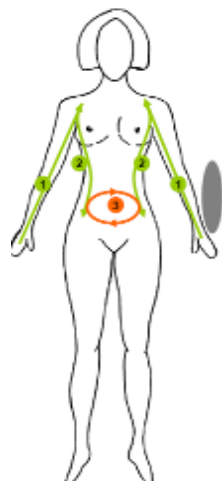
Stop.

Sortir.

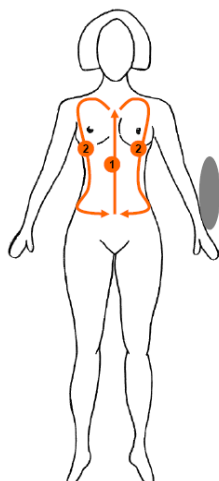
Commencer le modelage par le côté gauche.  
Prendre du produit dans les mains et sur les avant-bras



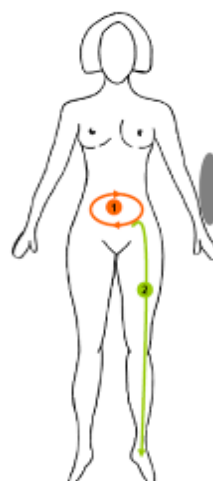
Ecraser les épaules.  
Descendre jusqu'aux mains.  
Stop.



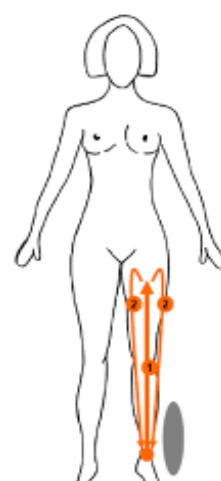
Remonter jusqu'aux épaules.  
Descendre sur les côtés.  
Geste de base.



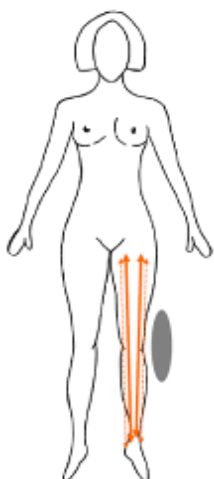
Les doigts se regardent.



Geste de base.  
Partir sur la jambe près de soi.



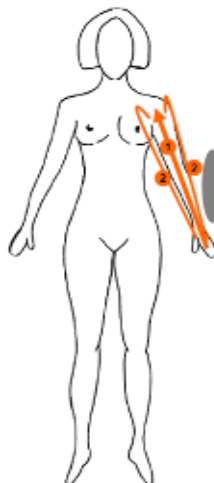
Drainage jambe.



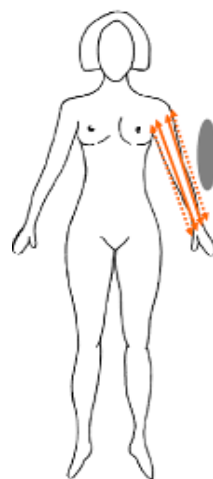
Grand balancier jambe.



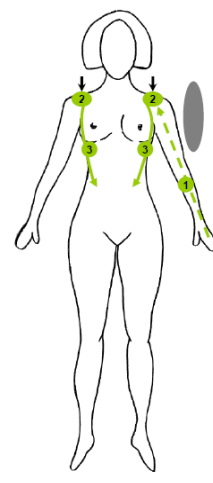
Combinaison.  
Lissage alternatif bras.



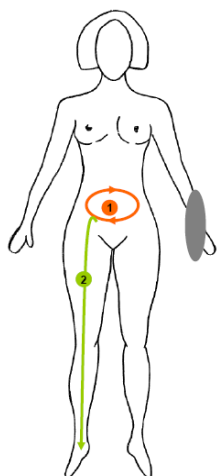
Drainage bras.



Grand balancier bras.



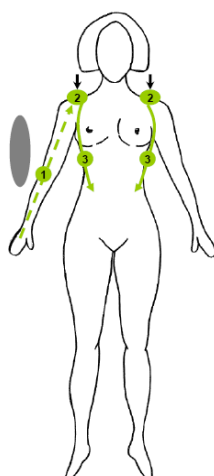
Lissage alternatif inversé.  
Pression épaules.  
Descendre sur bords  
externes.



Geste de base.  
Descendre sur la jambe opposée.

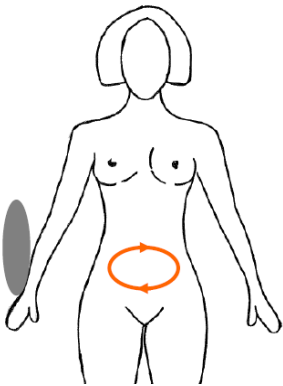
Réaliser les mêmes  
manœuvres sur la  
jambe et le bras  
opposés.

A la fin du 2<sup>ème</sup>  
bras:

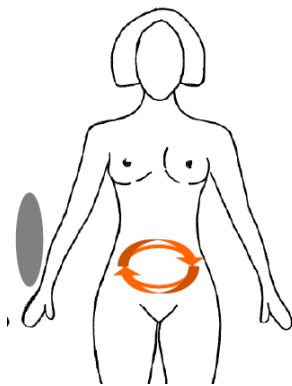


Lissage alternatif inversé.  
Pression épaules.  
Descendre sur bords externes.

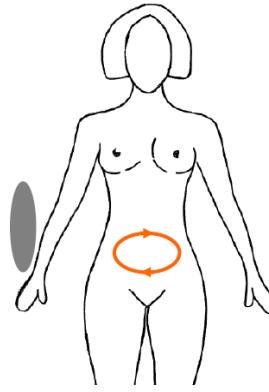
Manœuvres spécifiques relaxantes **ventre**



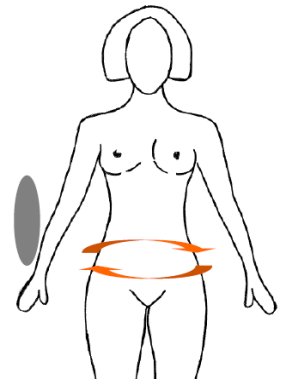
Geste de base ventre.



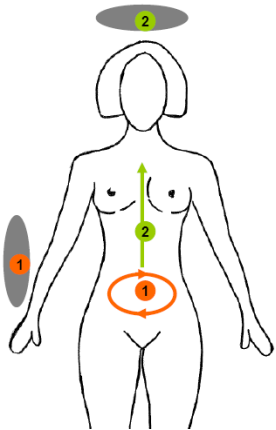
Vague circulaire.



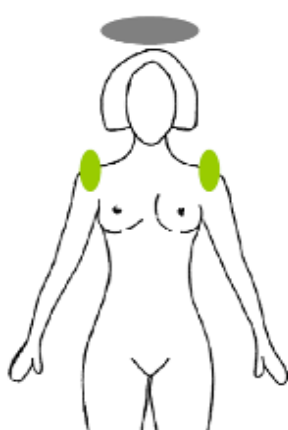
Geste de base ventre.



Vagues alternatives qui s'élargissent dans la taille.



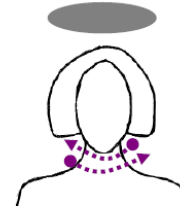
Geste de base.  
Les doigts se regardent.  
Passer derrière la tête.



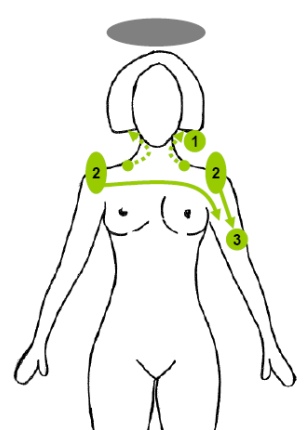
Pression épaules.



Etirement de la « vallée du cou ».



Bercement alternatif nuque.

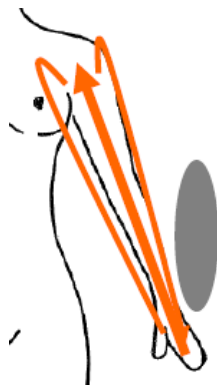


Etirement nuque.  
Pression épaules.  
Partir sur un bras.

Manœuvres spécifiques relaxantes **bras et jambes**



Lissage alternatif du bras.



Drainage bras.



Drainage bras + retour en chausson.

Plier le bras.



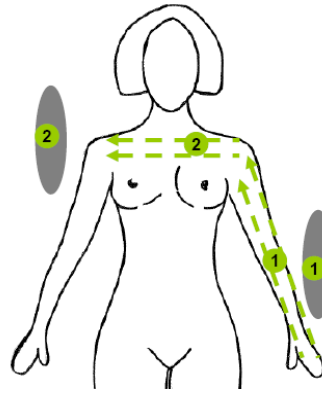
Pétrissage de la main.



Mobilisation circulaire poignet. Un côté puis l'autre.



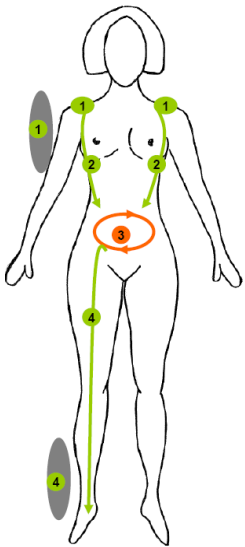
Etirement profond un côté puis léger de l'autre.  
Repositionner le bras.



Lissage alternatif inversé du bras.  
Passer sous les clavicules.

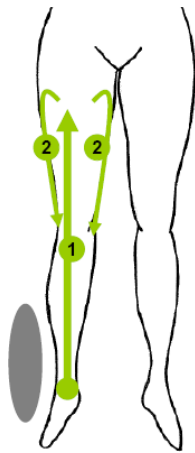
Réaliser les mêmes manœuvres sur l'autre bras.

A la fin du « lissage alternatif inversé du bras »

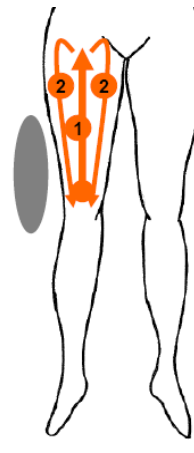


Pression épaules, partir sur le ventre.  
Geste de base.

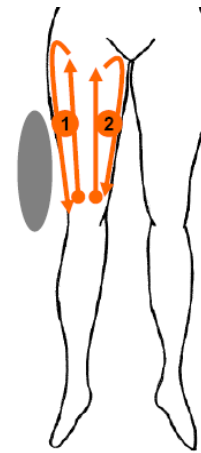
Partir sur la jambe près de soi.



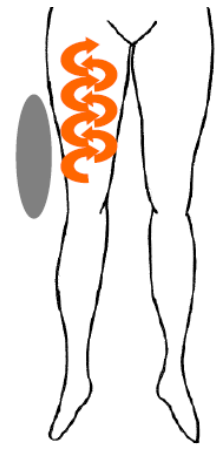
Drainage jambe.



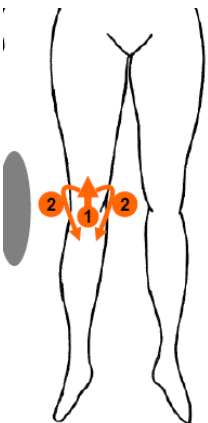
Drainage cuisse.



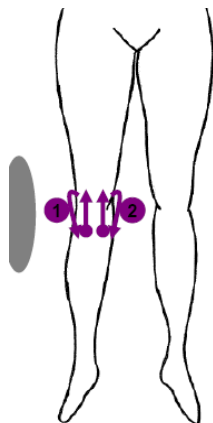
Drainage alternatif cuisse.



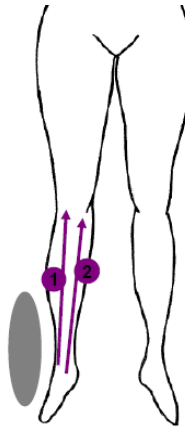
Fouillage cuisse.



Drainage genoux.



Drainage alternatif genoux.



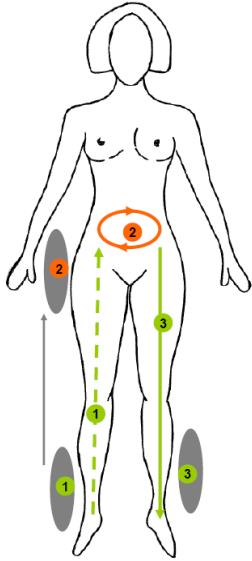
Drainage alternatif tibia.



Etirement dessus pied.



Etirement dessous pied.

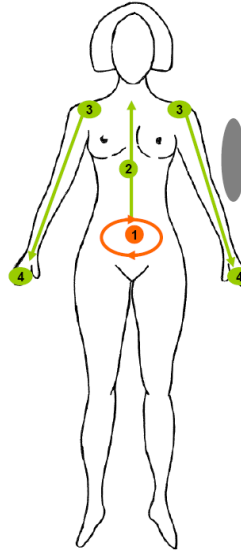


Lissage alternatif inversé de la jambe.  
Geste de base ventre.  
Partir sur l'autre jambe.

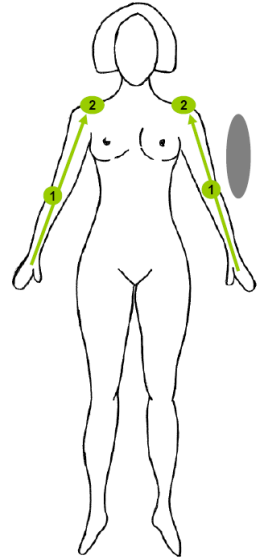
Réaliser les mêmes manœuvres sur l'autre jambe.

A la fin du « lissage alternatif inversé de la jambe »

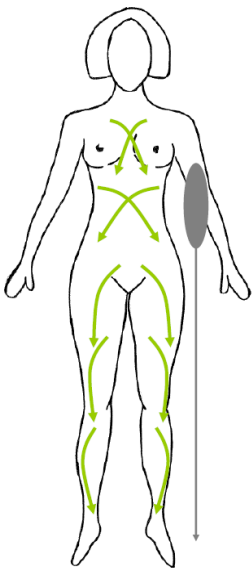
→



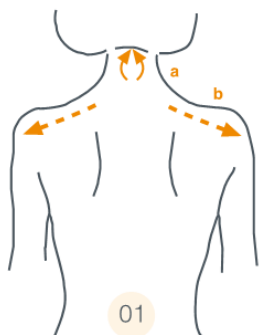
Geste de base ventre.  
Les doigts se regardent.  
Pressions épaules. Pressions mains.



Pressions épaules.

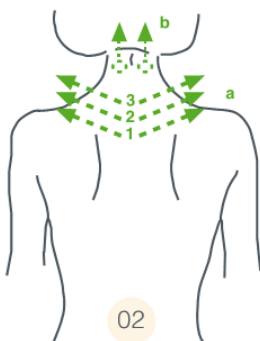


Lissage alternatif inversé sur tout le corps.  
Stop.  
Sortir.



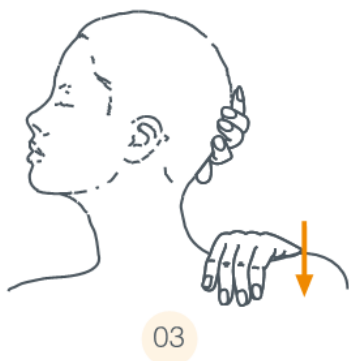
**Manœuvre relaxante**

- Mains à plat
- A : mouvements circulaires bosse de bison
- B : lissages appuyés trapèzes



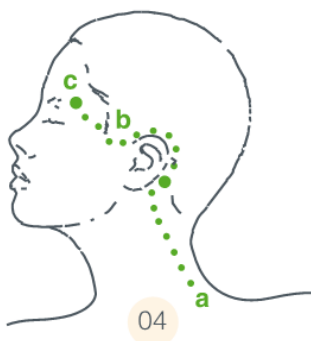
**Manœuvre relaxante**

- Mains à plat
- A : Lissage appuyé nuque en 3 étages
- Avec les paumes
- B : Étirement cou



**Etirement**

- Faire pivoter la tête.*
- Main maintient l'occiput, l'autre en pont sur l'épaule
  - Étirement lors de l'expiration

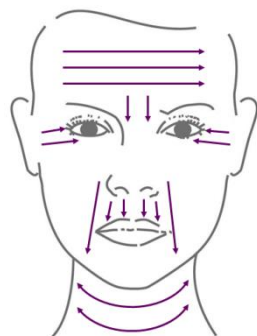


**Digito-pression**

- A → B avec le pouce
- B → C avec la pulpe des doigts

Digito-pression le long du méridien Triple réchauffeur

Reprendre les manœuvres 3 et 4 de l'autre côté

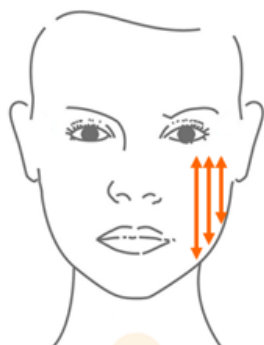


**Pincements anti-rides le long des sillons**

- Entre pouce et index

Pincements très serrés le long de la ride

**Position des doigts pour réaliser le mouvement de pétrissage profond**

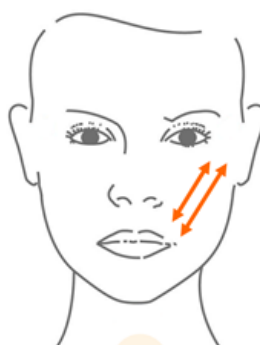


01

**Liftoplastie™ masséter**

- Entre pouces et index

Pétrissages alternatifs profonds du muscle masséter en aller-retour

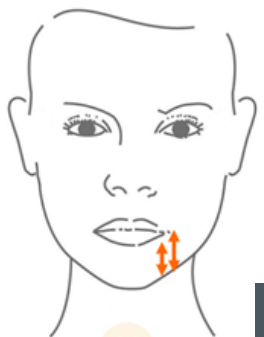


02

**Liftoplastie™ zygomatiques**

- Entre pouces et index

Pétrissages alternatifs profonds des muscles zygomatiques en aller-retour

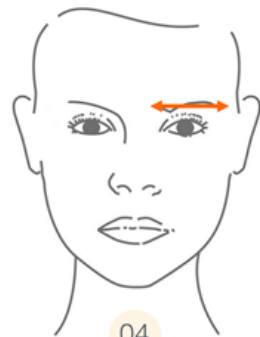


03

**Liftoplastie™ triangulaire des lèvres**

- Entre pouces et index

Pétrissages alternatifs profonds du muscle triangulaire des lèvres en aller-retour



04

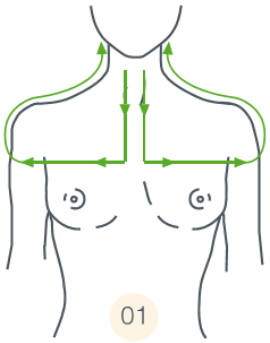
**Liftoplastie™ orbiculaire paupière**

- Entre pouces et index

Pétrissages alternatifs profonds du muscle orbiculaire paupière supérieur en aller-retour

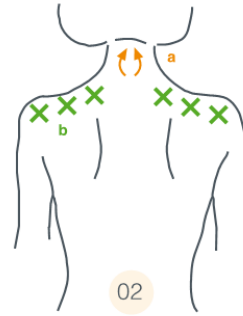
Répéter plusieurs fois les mêmes manœuvres (1 à 3) sur le même côté.

Reprendre les mêmes manœuvres de l'autre côté du visage.



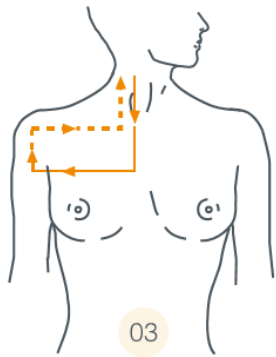
**Manœuvre relaxante**

- Mains à plat
- Grand effleurage appuyé



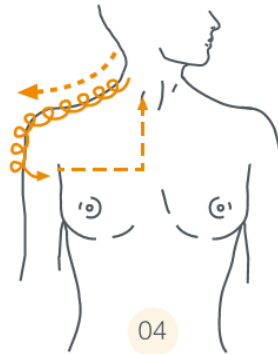
**Manœuvre dénouante**

- Mains à plat
- A : mouvements circulaires alternatifs bosse de bison
- Avec les pouces
- B : visser et dévisser trapèze 3 points



**Lissage**

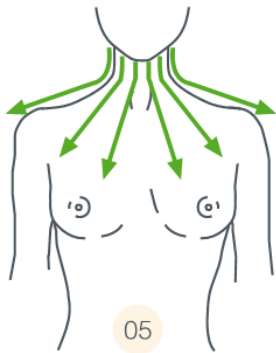
- Faire pivoter la tête.
- Main à plat
- Lissages décolleté, épaule, nuque



**Pétrissage**

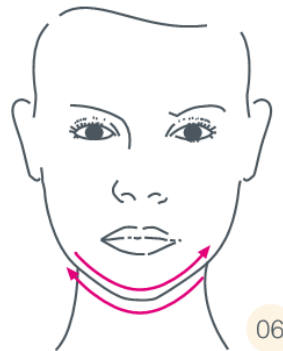
- Entre pouce et index replié
- Pétrissages circulaires de la nuque vers l'épaule + retour en lissage (main à plat)

**Reprendre les manœuvres 3 et 4 de l'autre côté**



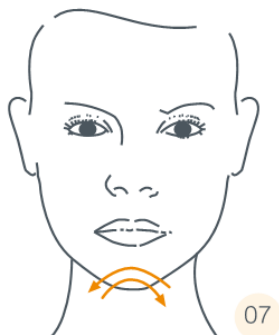
**Méthode du rouleau**

- Mains à plat
- Lissages alternatifs de haut en bas



**Lissage alterné ovale du visage**

- Mains à plat
- Lissages alternatifs d'une oreille à l'autre



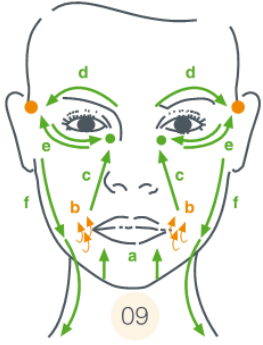
**Fouillage du menton**

- Pouces
- Fouillages alternatifs



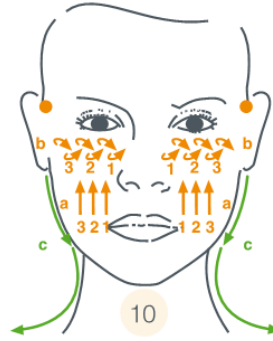
**Pétrissage de la mandibule**

- Entre pouce et index replié
- Pétrissages du menton vers les oreilles + lissages



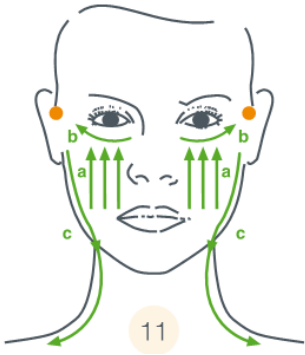
**Manœuvre de Dali**

- Avec les pouces
- A : lissage menton puis
- B : stimulations commissures des lèvres
- C : remonter aux coins internes des yeux + pression
- D : Lisser les sourcils + revenir sous l'œil
- E : Lisser jusqu'aux tempes
- Avec la pulpe les doigts
- F : Pressions circulaires tempes + manœuvre drainante



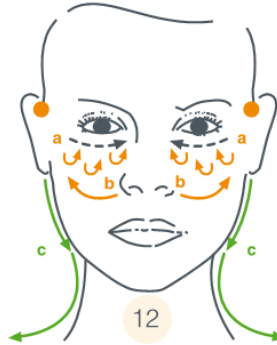
**Pression glissée pommettes**

- A : Pouce et éminence hypothénar
- B : Entre pouce et index replié
- A/B : lissages appuyés + pressions glissées sur les pommettes
- Avec pulpe des doigts
- C : pressions circulaires tempes + manœuvre drainante



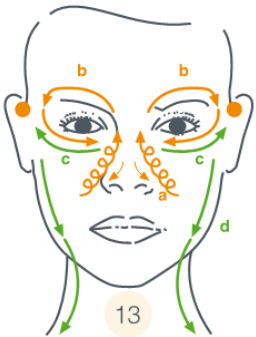
**Lissage masséters**

- Mains à plat
- A/B : lissage des masséters + lissage jusqu'aux tempes
- Pulpe des doigts
- C : pressions circulaires + manœuvre drainante



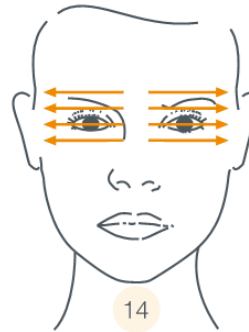
**Volutes pommettes**

- Entre pouce et index replié
- A : Pincements en rotation de l'extérieur vers l'intérieur
- Avec pouces
- B : lissages de l'intérieur vers l'extérieur
- Pulpe des doigts
- C : Pressions circulaires + manœuvre drainante



**Lissage circulaire nez**

- Avec les pouces
- A/B : lissages circulaires nez + lissage contour de l'œil (la 3ème fois)
- C : lissage jusqu'aux tempes
- Pulpe des doigts
- D : pressions circulaires + manœuvre drainante



**Effleurage doux oculaire**

- Mains croisées
- Effleurage globe oculaire



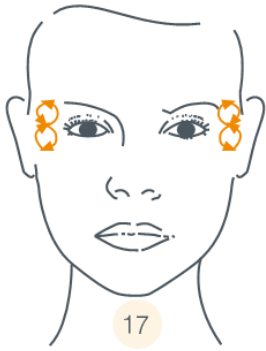
**Lissage croisé contour de l'œil**

- Index / majeur
- Lissage croisé en 8



**Pression tempes**

- Pulpe des doigts
- Pressions circulaires sur les tempes



**Pression en 8 tempes**

- Pulpe des doigts
- Pressions en 8 sur les tempes



**Pétrissage des sourcilliers**

- Entre pouce et index (un côté puis l'autre)
- Pétrissages alternatifs de l'intérieur vers l'extérieur puis revenir avec l'index sous l'oeil



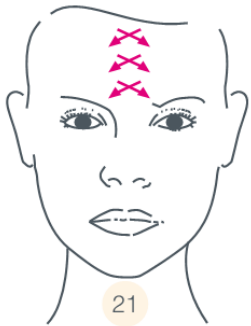
**Pincement des sourcilliers**

- Entre pouce et index
- Pincements simultanés de l'intérieur vers l'extérieur puis revenir avec les pouces



**Drainage paupière mobile**

- Avec les pouces à plat
- Dérouler les pouces du coin interne vers les tempes



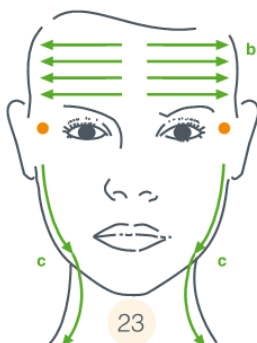
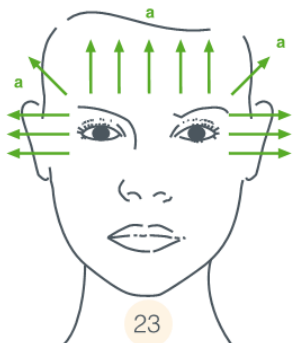
**Massage croisé ride du lion**

- Avec pulpe des pouces
- Massage croisé qui remonte



**Lissage croisé espace inter-sourcilliers**

- Avec index et majeurs
- Lissages alternatifs

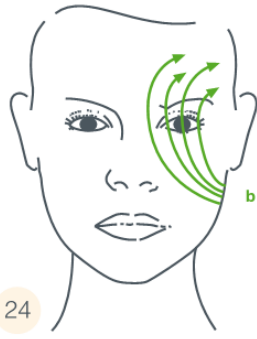


**Lissage frontal**

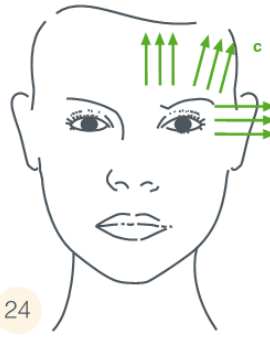
- Mains à plat
- A : lissages alternatifs front, tempes et pattes d'oie
- Mains à plat
- B Lissage front
- Index / majeur
- C Pressions circulaires tempes + Manœuvre drainante



24



24



24

### **Grande remontée énergétique**

- Mains à plat (faire pivoter la tête sur un côté)

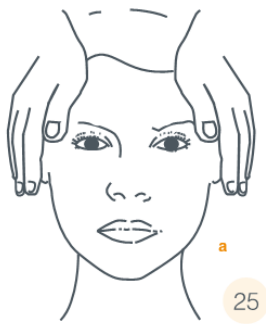
Lissages appuyés alternatifs vers l'extérieur

A : Du cou remonter sous le globe oculaire

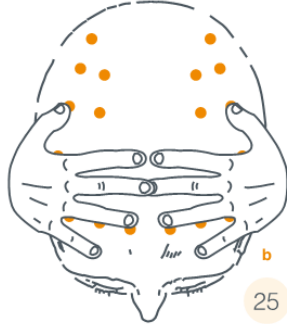
B : Pivoter en éventail sur la tempe

C : De la tempe jusqu'au milieu du front

Reprendre la même manœuvre de l'autre côté



25



25

### **Mobilisation du cuir chevelu**

- Mains à plat

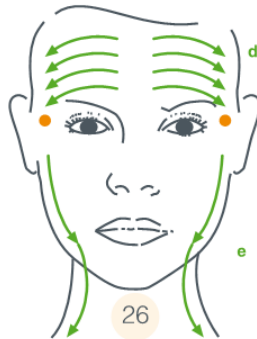
A : rotations sur le dessus du crâne

- Faire pivoter les mains vers l'arrière

B : rotations sur l'arrière du crâne



26



26

### **Le grand huit**

- Mains à plat

A : lissage des masséters

B : glisser jusqu'aux tempes

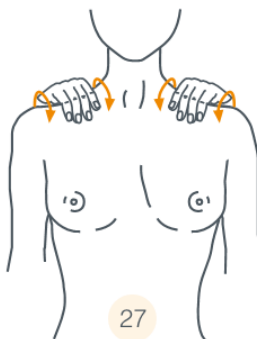
- Les mains se retournent « dos à dos »

C : pivoter sous le contour de l'œil jusqu'au milieu du front

- Mains à plat

D : lissage front

E : pressions circulaires tempes + Manœuvre drainante

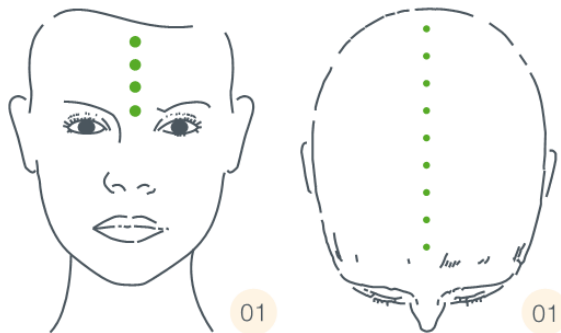


27

### **Pattes de chat**

- Mains en pont

Pressions alternatives épaules

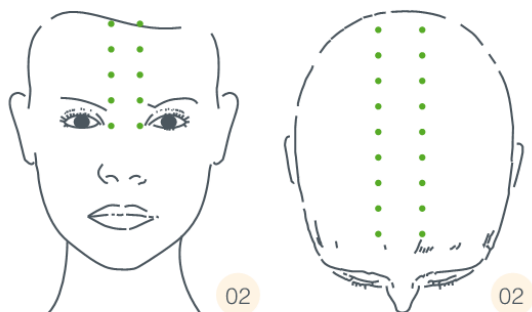


**Digito-pression**

- Pouces l'un sur l'autre

Stimulation du Méridien vaisseau gouverneur, de l'espace inter-sourcilier jusqu'à l'arrière du crâne.

1 à 3 fois



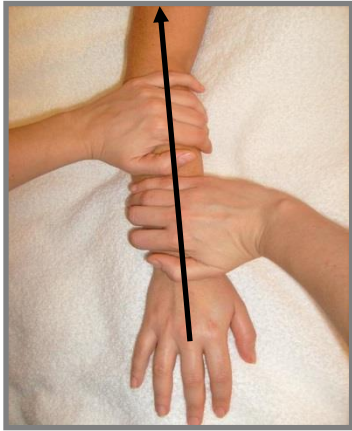
**Digito-pression**

- Index puis pouces

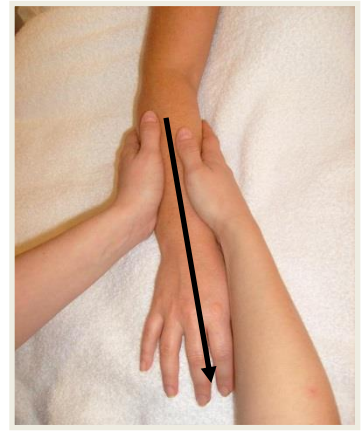
Stimulation du Méridien Vessie, du coin interne des yeux (1 pression index) jusqu'à l'arrière du crâne (pressions pouces)

1 à 3 fois

Réaliser chaque manœuvres 3 fois



Drainage bras.



Lissage alternatif mains parallèles au bras. 3 fois. Puis redescendre en englobant les côtés du bras, de la main, et des doigts.



Fouillage.



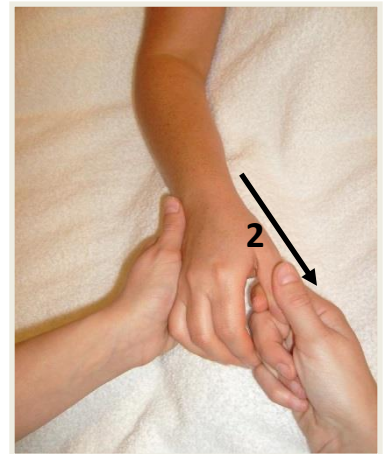
Modelage circulaire alternatif des articulations du poignet.



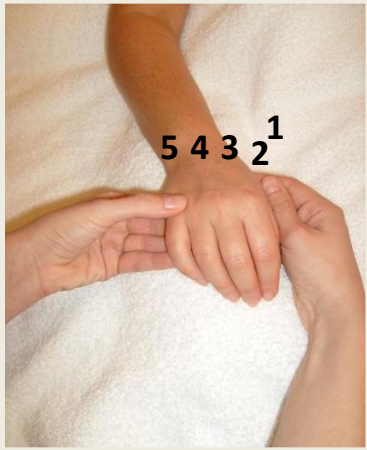
Modelage circulaire simultané des articulations du poignet.



Modelage circulaire alternatif du dessus de la main (avec éminences).

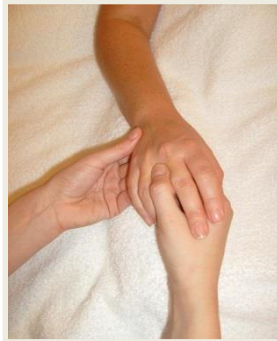


Modelage circulaire du côté interne de l'articulation du poignet. Puis redescendre en englobant le pouce.

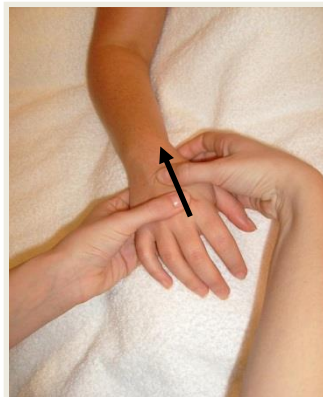


Du pouce vers l'auriculaire.

Modelage circulaire des articulations de chaque doigts, en insistant sur les cuticules. Puis étirer.



Pression dans les espaces entre chaque doigt. Du pouce vers l'auriculaire.



Lissage alternatif des espaces inter métacarpiens avec les 2 pouces. De l'auriculaire vers le pouce.



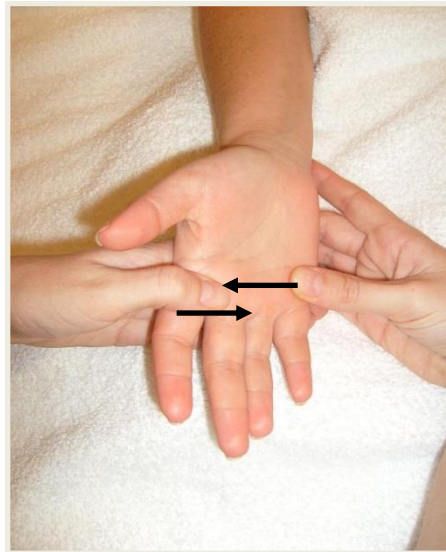
Drainage bras.



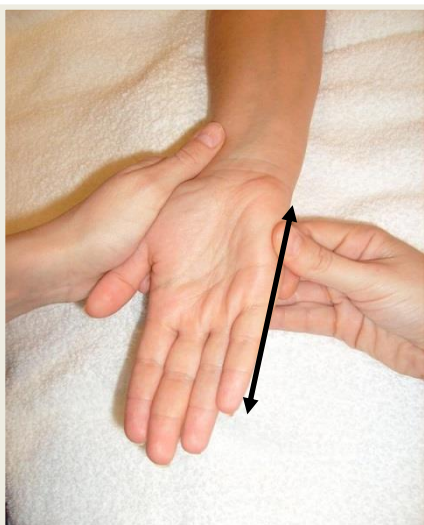
Retourner la main.



Modelage circulaire de la ligne intérieure.  
Du pouce vers le poignet.



Modelage croisé (avec 2 pouces) sur les monts situés à la base des doigts.



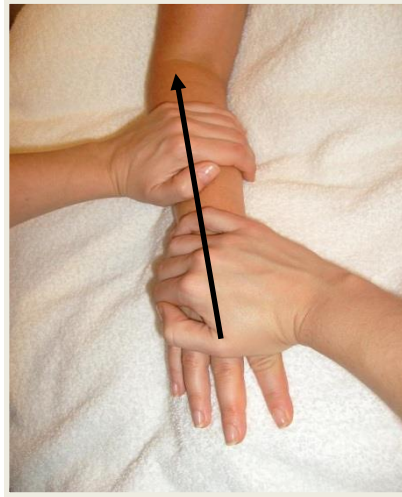
Lissage bord  
extérieur de  
l'auriculaire avec le  
pouce.



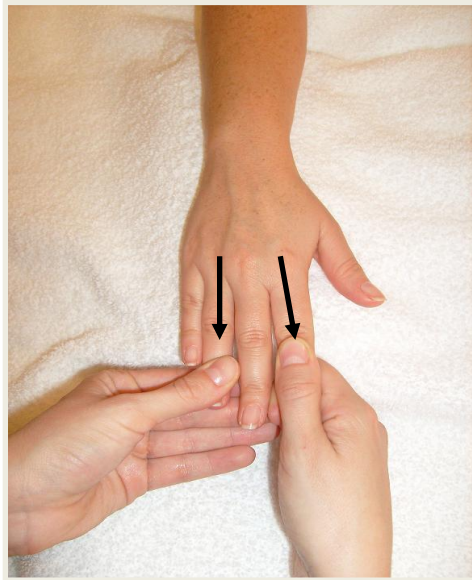
Modelage circulaire de  
la paume de la main  
avec pulpe des doigts.  
Insister au niveau du  
plexus solaire.



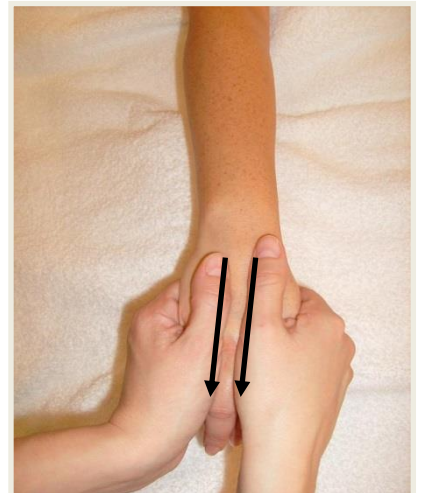
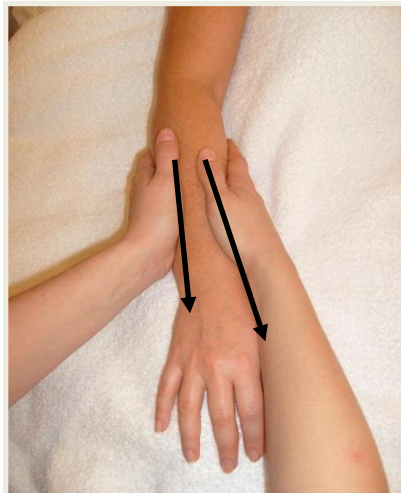
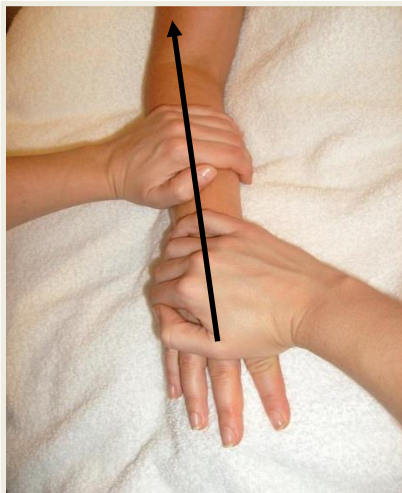
Retourner la main.



Drainage bras.



Etirer les doigts deux par deux.  
Auriculaire + Pouce  
Annulaire + Index  
Majeur + Pouce



A l'aide des Porcelaines de modelage visage préalablement placées dans un bol d'eau glacée, réaliser un lissage du visage et du cou.



**A : Effleurage léger**

- a/b/c : lissage front en 3 lignes
- d : lissage arcades sourcilières
- e : lissages paupières inférieures
- f/g/h : lissage des joues en 3 lignes
- i : lissage du menton et de la mandibule



**B : Effleurages alternatifs du cou**

Effleurages sur l'ensemble du cou en aller-retour

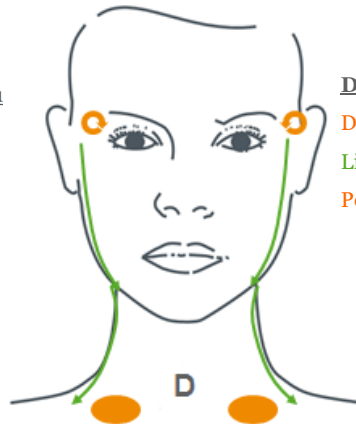


**C : Effleurages alternatifs du cou**

- Partir sur les côtés du cou
- Pompages ganglions sus-claviculaires

**Replonger** les Porcelaines de modelage dans l'eau glacée puis les **sécher**.

Puis reprendre les mêmes manœuvres A/B/C



**D : Final**

- Drainages circulaires sur les tempes
- Lissage des tempes vers les clavicules
- Pompages ganglions sus-claviculaires