

YVETTE PONS

INSTITUT ESTÈTICA



Yvette Pons:

Et vull donar la benvinguda a la meua petita revista quinzenal, en la qual t'aniré informant en cada un dels seus números de tots els tractaments corporals, facials, de medicina estètica, cosmètica i nutricosmètica que podràs trobar en el meu institut. També hi trobaràs totes les novetats que van sorgint en aquest món, un espai amb diferents consells d'alimentació i bellesa i una promoció mensual molt interessant.



A més, si necessites fer-te algun tractament, o si no ens coneixes i tens ganes de venir al meu institut i no t'has atrevit mai a visitar-nos, jo t'hi convido i t'ajudo que ho puguis fer. Podràs provar el nostre tractament facial o corporal reequilibrant mètode Yvette Pons, tan sols pagant el 50 % del seu preu i, a més, entraràs en un sorteig mensual d'un ritual SPA.

Atreveix-te. Vine a veure'ns i estic segura que en quedaràs molt contenta. Et farem sentir com a casa teva.

T'esperem !

Yvette Pons

Sant Martí de Tous, 37 - 08700 IGUALADA - Tel. 93 804 62 02
info@yvettepons.com - www.yvettepons.com

 Uneix-te a Yvette Pons al Facebook i posa't al dia de les nostres novetats.

GIMNÀSIA FACIAL ANTIGRABETAT!

A diferència dels músculs corporals, els facials són quasi tots estàtics, per això és tant difícil mantindre el seu to a no ser que utilitzem tractaments que estimulin la seva mobilitat mitjançant tècniques manuals o de micro-corrents.

Les zones movibles de la cara com boca, ulls i coll són les úniques que ens ajudaran a realitzar una rutina d'exercicis per tonificar la musculatura.

Recorda que els efectes són a llarg termini, però que si t'acostumes a una rutina diària i continua, a la llarga tindràs molt bons resultats.

Aquests exercicis poden arribar a prevenir la formació d'arrugues i flacciditat prematura.

Només 10 minuts diaris...

★ ULLS

Rotació dels ulls. Primer cap a dalt d'esquerra a dreta i a la inversa, després cap a baix, de la mateixa manera. Realitza 5 sèries de 25 repeticions amb un descans de 30 segons d'una sèrie a l'altra.

★ CARA

1r- Pronuncia la lletra A i la O, A,O... però d'una manera més exagerada de lo normal.

Realitza 3 sèries de 20 repeticions amb un descans de 10 segons entre una sèrie i l'altra.

2n- Agafa aire per la boca i omple les galtes ben inflades, manten-les així 5 segons i deixa anar l'aire lentament. Repetex 15 vegades.

★ COLL

Fex com si riguessis exagerant l'obertura de la boca cap a les orelles, aleshores manté la força tensant els múscles del coll (esternocleidomastoïdals), de tal manera que el múscle quedi totalment visible.

★ MASSATGE

Per finalitzar, t'ensenyaré a fer-te un massatge que t'ajudarà a estimular la circulació i a eliminar toxines. Utilitza sempre els dits polzes i índex de les dues mans. Divideix la cara verticalment en dues parts.

Comença pel coll i acaba pel front, fes un moviment de rodet amb els dos dits i les dues mans a la vegada sense deixar anar el teixit. Comença des de el centre del coll fins el costat del mateix i ves pujant per la cara, sempre acabant el moviment en la orella i les arrels del cabell.

Quan acabis un costat comença amb l'altra.
Repeteix el massatge dues vegades.

Recorda que la direcció sempre ha de ser ascendent.

EL MEU SECRET

Per acabar aquesta rutina amb la pell més tonificada i fresca:

Omple un globus petit amb $\frac{3}{4}$ parts d'aigua i $\frac{1}{4}$ part d'alcohol i deixa'l al congelador durant 1 dia. Quan acabis el massatge passa-te'l dues vegades pel coll i la cara.

En el pròxim número dieta antienvelliment de 3 dies.

SENSE CEL·LULITIS = A UNA REALITAT

Antiestètica i persistent però no impossible

Des de sempre les cames de les dones han estat un arma de seducció. Moltes han admirat les cames Elle McPerson, Sharon Stone o Naomi Cambel, més primes, més amples, més llargues o més fibroses i esveltes, però totes elles sense cel·lulitis, o almenys no la veiem! Perquè en realitat mes del 90% de les dones tenen cel·lulitis, encara que en moltes d'elles no sigui visible òpticament.

La cel·lulitis és el resultat del funcionament hormonal i circulatori, que produeix una acumulació localitzada de greix en cuixes, glutis i panxa. Aquesta predisposició està causada per el factor hereditari que defineix el tipus de morfologia que té cada persona i que decideix que la cel·lulitis sigui dura, tova o edematosa. Aquesta alteració es pot veure agreujada per una dieta rica en greixos, accés de sal, tabac, alcohol, estrès o vida sedentària.

L'accés de pes no és sempre la causa, primes o no, totes les dones poden tenir cel·lulitis.

TRACTAMENTS ESTÈTICS
RECOMENATS A YVETTE PONS

-Radiofreqüència Alma Làser (per aquelles persones que no disposen de temps).

Corregeix les irregularitats com la cel·lulitis, tensa i adhereix la pell deixant-la més tensa. Mitjançant un escalfament tèrmic en els dipòsits de greix indueix a la formació d'un nou col·lagen i un remodelatge corporal molt efectiu. Millora la circulació i ajuda a drenar líquids i toxines.

Tècnica no invasiva.

Entre 8 i 10 sessions, una cada 15 dies.

-Mètode Yvette Pons.

Després d'un exhaustiu diagnòstic morfològic, esbrinem quins són els factors interns que fan que aparegui la cel·lulitis i que sigui, dura, edematosa o tova. Seguidament reequilbrem els desequilibris funcionals interns i els factors externs que la poden agreujar. La tècnica utilitzada és a base de massatges manuals específics per cada cas, amb sinèrgies de principis actius microencapsulats.

Els resultats són molt bons.

2 sessions setmanals, a raó d'unes 16 a 20 sessions, a funció de la gravetat de la cel·lulitis.

EL MEU SECRET

Cura anticel·lulítica.

Preparat a base de fucus, grana, estigma de blat, cua de cavall, bedoll, cua de cirera i vitamines del grup B.

Gran drenador de líquids i eliminador de greixos. Es barreja en un 1,5L d'aigua i es va prenent durant tot el dia.

Recomano una cura de 2 mesos.

De venda a Yvette Pons.

Preu- 56€

COM PREVENIR LA CEL·LULITIS,
DISMINUIR-LA O ELIMINAR-LA.

- **Evitar el sedentarisme.**
Intentar activar la mobilitat de les cames per ajudar a estimular la circulació sanguínia, com pujar escales, caminar, bicicleta, nedar, fúting... No abusar d'exercicis amb molt de pes.
- **Evita els aliments rics en greixos animals i aquells que intoxicuin l'organisme, com la cafeïna, fregits, sucres i hidrats de carbó d'alt nivell glucèmic (pa, bollaria, dolços..).**
- **Reduir el nivell de la sal en la alimentació, eliminar-la o que sigui baixa en sodi.**
- **Prendre micronutrients específics, molt eficaços contra la antiestètica pell de taronja i la circulació:**

Té verd: estimula la mobilització i eliminació dels greixos.

L Carnitina: augmenta el metabolisme dels greixos i evita la seva acumulació.

Omega 3 i omega 6: millora la circulació i disminueix els magatzems de greix.

Vit. A i E: antioxidants, reforcen moltíssim les parets venoses i estimulen la circulació.

- **Aplica't un bon producte anticel·lulític a diari, drenant, reductor i circulatori.**

Recomano 9.2 i 9.4 de B.L. de venda a Yvette Pons.

En el pròxim núm. parlarem de com atacar la caiguda del pit.

Anti age oriental

Com ja he explicat en altres ocasions, soc una enamorada de les tècniques naturals. La meua inquietud és la de buscar i experimentar tractaments innovadors que tinguin un fonament a l'hora de treballar, i que respectin la naturalesa del funcionament orgànic, fisiològic i bioquímic cel·lular de les persones.

Quan vaig començar a estudiar medicina xinesa fa 8 anys, es va incentivar la meua inquietud en conèixer tècniques vinculades amb la medicina xinesa.

El lifting acupuntural o rejuveniment acupuntural, és una teràpia per reduir, minimitzar i corregir les arrugues i flacciditat de la pell.

Encara que a E.E.U.U. es va introduir ja fa vint anys com alternativa a tractaments quirúrgics, a Espanya, és una tècnica que va començar fa relativament poc i "som pocs els terapeutes que la realitzem".

L'origen d'aquesta tècnica es remunta a Xina en la dècada dels anys 70, quan es tractaven pacients en l'hospital de Medicina Xina de Pekín, per tractar les paràlisis facials i es van donar conta que disminuïen les arrugues, augmentava l'elasticitat de la pell, la lluminositat i millorava l'acne i la visió.

CAUSES DE L'ENVELLIMENT

El doctor xinès Quianguí Zhou (professional del lifting facial), afirma que "en la cara hi ha molts punts d'energia vinculats a meridians d'acupuntura que comuniquen tot el cos, degut a això, alteracions del nostre estat orgànic o emocional es manifesten en la cara, amb arrugues prematures, oleres, potes de gall..."

Vol dir que les arrugues prematures es poden produir per moltes causes, per exemple:

- Descuidar l'alimentació.
- Falta d'exercici.
- Fumar.
- Exposició solar inadequada o exagerada.
- Descans insuficient.
- Depressions constants
- Estrès laboral per estudis, etc.

AVANTATGES DEL LIFTING FACIAL

Mitjançant l'estimulació dels punts de la cara s'aconsegueix estimular, reequilibrar i reforçar òrgans interns (fetge, ronyons, pulmons, etc.)

- Es produeix una nutrició i tonificació del teixit.
- Augmenta la producció local de col·lagen.
- Millora la circulació sanguínia i limfàtica.
- Permet al cos reforçar el seu poder d'auto reparació cel·lular.
- Estimula i restableix la salut i harmonia d'òrgans interns.
- Pot arribar a ser un bon tractament per l'estrès i problemes de vista.
- Els resultats es noten ràpidament i no obliguen a amagar-se de la vida social.
- No té efectes secundaris ni contraindicació, ni tant sols en l'embaràs.

PROTOCOL

Nombre de sessions: entre 12 i 16 (en funció de l'edat de la persona). A raó de dues sessions a la setmana, les tres primeres setmanes, i posteriorment continuar amb una sessió setmanal fins a acabar el tractament.

En el pròxim número parlarem de INDIBA, recuperador cel·lular.



ATURA LA CAIGUDA DEL CABELL AMB LES TEVES PRÒPIES CÈL·LULES

ÚLTIM AVANÇ **PRP** PER COMBATRE L'ALOPÈCIA

Amb els canvis estacionals s'accentuen els problemes de pèrdua de cabell i es quan les persones afectades han de recórrer a tractaments locals o orals per frenar la caiguda del cabell o potenciar el seu creixement.

L'últim avanç d'aquesta matèria ve de la mà del PRP (plasma ric en plaquetes). La finalitat d'aquesta tècnica és la d'augmentar els Factors de Creixement Epidèrmics, proteïnes que es produeixen a les cèl·lules del nostre cos i que es troben en major part a les plaquetes de la sang. Aquestes s'encarreguen de la recuperació de la pell, cabell, ossos, memòria... però amb els anys va disminuint la seva activitat.

Per obtenir el plasma ric en factors de creixement es realitza una petita extracció de sang del pacient. Seguidament es centrifuga durant 10 minuts per aconseguir separar el plasma de la sang, que a continuació tornarem a injectar al pacient amb un percentatge de plaquetes més elevats. La infiltració d'aquest plasma ric en plaquetes es realitzarà a nivell capil·lar per estimular la seva regeneració mitjançant els factors de creixement epidèrmics.

RESULTATS I RECOMANACIONS

- Comencen a apreciar-se a les 48 hores i van augmentant progressivament al cap de 30 dies de la sessió.
- Es recomanen 3 sessions a raó d'una sessió al mes.
- Per mantenir els resultats es necessari realitzar una sessió cada 6 o 12 mesos.
- No té efectes secundaris, tant sols un lleuger enrogiment que desapareix a les 24 hores.
- Es pot fer vida totalment normal des de que finalitzem la sessió.
- No requereix anestèsia.
- La sessió dura aproximadament 1 hora.
- Tenir cura durant 2 dies de no massajar el cuir cabellut.
- Rentar-se el cabell amb

En el pròxim número parlarem del BOTOX.

Perricone MD presenta: Total Skin and Body

Científicament formulat per retornar els elements essencials per construir un cos sa, una pell formosa, unes ungles fortes, augmentar la salut del cabell i evitar la seva caiguda.

Aquest es un programa de suplementació d'alt rendiment, formulat amb tecnologia d'última generació en nutrients essencials seleccionats amb molta cura per oferir els màxims beneficis.



Total Skin and Body està formulat en càpsules de gel per assegurar la màxima alliberació i absorció, no conté sodi, midó, conservants, llevat, llet ni colorants o sabors artificials.

COMPOSICIÓ

- ✓ BIOTINA
Vitamina B soluble en aigua i nutrient essencial que contribueix al manteniment de la normalitat de la pell i a la formació de queratina per restaurar i mantenir la salut d' unes ungles fortes.
- ✓ ZINC, MAGNESI I VITAMINA C
Essencial per la salut del cabell i aportar energia.
- ✓ VITAMINA C
Activa la formació de col·lagen de la pell.
- ✓ OMEGA 3
Procedent del salmó salvatge d' Alaska (no criat en piscifactories i no acumulen en el seu interior metalls pesats), ric en àcids grassos EPA i DHA.
- ✓ VITAMINA E AMB TOCOTRIENOLS
Per la protecció, hidratació i suavitat de la pell.
- ✓ COURE
Contribueix en la protecció de les cèl·lules contra l'estrès oxidatiu.
- ✓ ASTAXANTINA
Un antioxidant superior que ha demostrat ajudar a augmentar la humitat i suavitat especialment quan es combina amb els Tocotrienols.

DOSIFICACIÓ

Tres cops al dia. En cada presa es pren un complement diferent que ve dosificat en un compartiment per separat en la caixa. Tractament d' un mes.

PREU 95€



En el pròxim número parlarem del
COLD PLASMA sub D (última tecnologia
per reafirmar i reduir el greix del coll).

YVETTE PONS

INSTITUT ESTÈTICA



SINERGY • RF

PLATAFORMA DE 3 TECNOLOGIES

La radiofreqüència
més avançada



BIPOLAR

Tractament de
la dermis
per reafirmar
el teixit



UNIPOLAR

Escalfament de la
dermis e hipodermis
per una remodelació
visible des de la
1a sessió.



UNIFORM

Radiofreqüència
mecanitzada, és una
novetat i actua sobre el
teixit gras i estimula el
drenatge venós i limfàtic.

*Promoció
d'abril*

50% DE DESCOMPT
PER ELIMINAR CEL·LULITIS I
LA FLACCIDESA DEL COS I LA CARA.

Sant Martí de Tous, 37 - 08700 IGUALADA - Tel. 93 804 62 02
info@yvettepons.com - www.yvettepons.com



Uneix-te a Yvette Pons al Facebook i posa't al dia de les nostres novetats.