



BIEN-ÊTRE & HARMONIE

Mon Cahier de Vacances

Édition d'Été 2026 — Un moment rien que pour vous

Chères clientes,

Cet été, prolongez l'expérience de la détente et du bien-être où que vous soyez. Répondez aux énigmes de ce petit cahier et tentez de remporter notre surprise de la saison !

www.zennad.fr | contact@zennad.fr

Escale 1 : L'Univers des Massages Bien-être

Les massages de l'univers Zennad sont conçus pour harmoniser le corps et l'esprit. Testez vos connaissances sur vos rituels favoris !

Question 1 : Originaire de l'Inde, ce massage traditionnel utilise des huiles chaudes pour rééquilibrer l'énergie vitale (le Prana). De quel massage s'agit-il ?

A) Le massage Californien

B) Le massage Abhyanga

C) Le massage Deep Tissue

Question 2 : Lequel de ces bienfaits est particulièrement recherché lors d'une séance de massage aux pierres chaudes de basalte ?

A) Une tonification musculaire intense pour les sportifs de haut niveau

B) Une profonde relaxation thermique qui dénoue les tensions et apaise le système nerveux

C) Une action purement exfoliante pour la peau

Question 3 : Dans la philosophie Zennad, quelle est la durée idéale recommandée pour déconnecter totalement et permettre au corps d'intégrer les bienfaits d'un grand massage sur-mesure ?

A) 20 minutes chrono

B) Entre 60 et 90 minutes

C) Exactement 3 heures d'affilée

Escale 2 : La Magie des Pierres Naturelles (Lithothérapie)

Les minéraux partagent leurs douces vibrations avec notre corps pour nous aider à retrouver notre équilibre.

Question 4 : Symbole de sérénité, de paix intérieure et de clarté mentale, cette magnifique pierre violette est idéale pour la méditation et le sommeil. Qui est-elle ?

A) La Turquoise

B) L'Améthyste

C) L'Œil de Tigre

Question 5 : Si vous cherchez à booster la confiance en vous, à vous protéger des énergies négatives et à stimuler votre dynamisme personnel, quelle pierre devriez-vous porter ?

A) Le Quartz Rose

B) L'Œil de Tigre

C) La Pierre de Lune

Escale 3 : Les Secrets du Blog — Les Huiles de Soins

Comme vous l'avez lu dans les derniers articles de notre blog sur www.zennad.fr, les huiles végétales et essentielles sont rigoureusement sélectionnées.

Question 6 : Quelle huile végétale, riche en antioxydants et très pénétrante, est souvent privilégiée pour nourrir la peau en profondeur sans laisser de film gras ?

A) L'huile de Jojoba ou d'Amande douce

B) L'huile de Palme

C) L'huile essentielle de Menthe poivrée pure

Le Mot Mystère du Bien-être

Rassemblez vos réponses et notez-les ci-dessous pour garder une trace de votre parcours bien-être de l'été :

Vos Réponses de l'Été :

Q 1 : ___ Q 2 : ___ Q 3 : ___ Q 4 : ___ Q 5 : ___ Q 6 : ___

 **Un cadeau surprise sera offert** 

à la personne qui répond correctement à toutes les questions !

Envoyez vos réponses par email à contact@zennad.fr
avec l'objet exact : **Cahier de vacances 2026**

Bel été à toutes, prenez soin de votre lumière intérieure. — Zennad