



BIEN ÊTRE



*Ferme* \*\*\*\*\*  
*Saint Siméon*

HÔTEL - RESTAURANT - SPA  
HONFLEUR - NORMANDIE



## EDITO

« À la manière des peintres impressionnistes qui séjournèrent ici pour saisir la lumière, nous avons sélectionné pour vous une palette de soins sous le signe des bienfaits de la nature.

Coquelicots, framboise, miel... éveilleront vos sens au fil des saisons, illustrant cette sensation de calme et de bien-être qui, à la Ferme Saint Siméon, est un véritable art de vivre.

Nos soins bio et de saison déclinent également la pomme comme une signature pour rappeler l'ancrage de notre maison dans ce Pays d'Auge, terre baignée par les lumières changeantes et revigorantes de l'estuaire... »

*“In the fashion of the impressionists who came here to capture the light, we have selected for you a palette of beauty treatments inspired by Mother Nature.*

*Poppies, raspberries and honey will awaken your senses throughout the seasons, illustrating the feeling of calmness and well-being that we cherish at the Ferme Saint Simeon.*

*Our organic and seasonal care include a signature body treatment using apples, a reminder of our establishment's bond to the Pays d'Auge, a land bathed by the changing and invigorating light of the estuary...»*





## SOMMAIRE/ *SUMMARY*

*Page 6*

CLÉ DES CHAMPS

*Page 8*

LES SOINS VISAGE / *FACIAL CARE*

*Page 10*

LES SOINS CORPS / *BODY CARE*

*Page 12*

LES MASSAGES / *MASSAGES*

*Page 13*

CÔTÉ BEAUTÉ / *OTHER BEAUTY TREATMENTS*

*Page 14*

LES SOINS SIGNATURE À LA POMME  
*APPLE-BASED SIGNATURE TREATMENTS*

*Page 16*

FORFAITS / *PACKAGES*

*Page 17*

INFORMATIONS / *INFORMATION*



## CLÉ DES CHAMPS...

Un bouquet par saison d'essences naturelles pour sublimer le visage et le corps... Des arômes et textures dans la juste harmonie biologique qui nous lie à la terre. Clé des Champs est une marque BIOCHIC qui suit les biorhythmes de la nature et des saisons. Elle s'inspire de la médecine énergétique pour apporter beauté, bien-être et harmonie intérieure dans une approche qui tient compte du rapport de l'être humain à son environnement.

Ces soins cosmétiques et rituels naturels et bio sont une balade au cœur de la Nature où se mêlent parfums, couleurs et saveurs gourmandes des ingrédients de saison qui évoquent les ambiances : herbe coupée au Printemps, saveurs fruitées en Été, sous-bois en Automne et feu de bois en Hiver.

Une expérience unique, un bien-être immédiat !

## CLÉ DES CHAMPS...

*A bouquet of natural essences with every passing season to care for the face and body... A harmonious blend of aromas and textures that celebrate our bond to Mother Earth... Clé des Champs is a BIOCHIC brand which follows the biorhythms of nature and the seasons. It draws its inspiration from energy medicine in order to attain beauty, well-being and inner harmony with an approach which takes into account the relationship of the human being to its environment.*

*Our natural and organic cosmetic treatments and massages take you to the heart of nature where a combination of fragrances, colours and flavours from seasonal ingredients evoke a particular atmosphere: the freshly cut grass in Spring, ripe fruits in Summer, the forest in Autumn or a crackling wood fire in Winter.*

*A unique experience for an immediate sense of well-being!*

## PRINTEMPS / SPRING

*La nature s'éveille, l'énergie revient la peau a besoin de retrouver sa tonicité. Coquelicot et tomate verte détoxifient, vivifient et tonifient.*

Nature awakens, energy returns and the skin needs to regain its tonicity. Poppy and green tomato are used for their detoxifying, invigorating and toning effect.

## ÉTÉ / SUMMER

*L'énergie est au zénith, le soleil caresse la peau qui réclame hydratation et apaisement. Framboise et Aloé Vera hydratent et rafraichissent.*

Energy is at its zenith, the sun caresses the skin, which demands hydration and soothing. Raspberry and Aloe Vera moisturize and refresh the skin.

## AUTOMNE / AUTUMN

*L'heure est à l'intériorisation, la peau se prépare à l'hiver. Châtaigne et potiron purifient et oxygènent.*

Time is for interiorization; the skin is preparing for winter. Chestnut and pumpkin purify and oxygenate.

## HIVER / WINTER

*La peau est agressée par le froid ou le chauffage, elle a besoin d'être préservée en douceur. Miel, vanille et cire d'abeille apportent une sensation de confort et de souplesse.*

The skin is attacked by the cold and heating, and needs tender loving care. Honey, vanilla and beeswax provide a feeling of comfort and suppleness.

# LES SOINS VISAGE / FACIAL CARE



## Rituel beauté de Saison Revitalisant/anti-âge

### *Season's facial - Revitalizing / anti-aging*

Soin complet revitalisant et stimulation des zones réflexes de saison du visage, des mains et des pieds. La peau est repulpée, reposée, et le visage s'illumine d'un teint éclatant.

*Complete revitalizing care and stimulation of the seasonal reflex zones of the face, hands and feet. The skin is restored and rested, leaving a radiant complexion.*

60 min/130€



## Soin Offrande de Lumière *Light Offering Treatment*

Soin coup d'éclat aux produits de saison. La peau est parfaitement nettoyée et hydratée ; le teint est lumineux.

*Brightening facial using seasonal products. The skin is perfectly cleansed and hydrated for a healthy glow.*

30 min/70€



## Soin Eclat de Pureté *Purifying facial*

Nettoyage parfait de l'épiderme, gommage gourmand à la framboise, modelage visage, masque, sérum et crème de saison. La peau est oxygénée, le grain est affiné pour une nouvelle sensation d'équilibre et de légèreté.

*Deep cleansing, raspberry scrub, face massage, mask, seasonal serum and cream. The skin is oxygenated, the grain is refined for a new sensation of balance and lightness.*

50 min/100€



## Soin réparateur ultime aux huiles précieuses

### *Ultimate repair treatment with precious oils*

Modelage du visage. Grâce au Baume des Saisons aux huiles réparatrices, la peau est réconfortée, nourrie et le visage est détendu.

*Facial massage. Thanks to the seasonal balm and its restorative oils, the skin is comforted and nourished leaving your face perfectly relaxed.*

20 min/50€



## Soin tonique visage de saison pour Homme *Energising facial for Men*

Nettoyage de l'épiderme et application de rose cryonique pour tonifier. Gommage et masque de saison, modelage des trapèzes et des zones réflexes de saison. La peau est nette, débarrassée de ses impuretés, le teint est frais et le grain de peau resserré.

*Deep cleansing and application of cryonic rose to tone the skin. Seasonal scrub and mask, massage of the trapezius muscles and seasonal reflex zones. The skin is perfectly cleansed, free of impurities, fresh and taut.*



30 min/70€



## LES SOINS CORPS / BODY CARE



### Gommage corps de saison *Seasonal Body scrub*

-  **Printemps-Été** : Gommage Fraîcheur aux extraits de coquelicot.  
*Spring-Summer: Fresh scrub with poppy extract.*
-  **Automne-Hiver** : Gommage moussant aux extraits de cire d'olivier et miel vanillé. La peau retrouve douceur et éclat.  
*Autumn-Winter: Foaming scrub with extracts of olive wax and vanilla honey. The skin regains softness and radiance.*

30 min/75€

### Le soin Dos-Relax *Back treatment*

Gommage suivi d'un cataplasme de plantes et d'un massage aromatique. 50 minutes entièrement consacrées à la détente de votre dos.

*Scrub followed by a herbal poultice and aromatic massage. 50 minutes entirely devoted to the wellbeing your back.*

50 min/110 €

### Rituel de bien-être des pieds et réflexologie plantaire

#### *Relaxing foot care and reflexology*

Bain de pieds aux essences de Romarin. Gommage aux extraits de coquelicot et de bambou puis massage des zones réflexes au baume fondant.

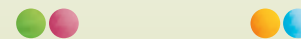
*Foot bath with essences of Rosemary. Exfoliation with poppy and bamboo extracts and massage of the reflex zones with melting balm.*

35 min/70€



## BALADE DE SAISON CLÉ DES CHAMPS *SEASONAL WALK*

### \*\* Gommage corps de saison \*\* *Exfoliating scrub*



\*\* **Enveloppement**  
frais de saison aux argiles du soleil et aux extraits d'amande

*seasonal wrap with Argile du Soleil clay and almond extracts*



\*\* **Enveloppement**  
de saison aux argiles blanches, associées aux extraits de céréales

*Seasonal wrap with white clay, combined with cereal extracts*

### \*\*\*\* **Massage de Saison** \*\*\*\* *Seasonal massage*



2h/220€ (ou 1h30 sans enveloppement/190€)  
2h/220€ (or 1h30 without wrap/190€)

Cette balade de saison est un voyage olfactif et sensoriel au cœur de la Nature. Le corps entier respire, vibre et est régénéré.

*This seasonal walk is an olfactory and sensory journey in the heart of nature. The whole body is refreshed, breathes, vibrates and is regenerated.*

## LES MASSAGES / MASSAGES



Massage aromatique  
sur mesure

*Bespoke aromatic  
massage*

Une sélection d'huiles de soin hautement concentrée en actifs et un massage adapté à vos besoins.

*A selection of care oils highly concentrated in active ingredients and a massage specially adapted to your needs.*

25 min/60 € - 50 min/95 € - 75 min/120€

Massage énergétique  
*Seasonal massage*

Modelage énergétique du corps ciblé sur les méridiens de la saison. Les gestes sont en accord avec le flux énergétique et ressourcent intensément.

Ce soin équilibrant et dynamisant permet de retrouver son essence profonde.

*Energy body massage focusing on the meridians of the season. The massage works on the energy flow, leaving you intensely recharged and uplifted.*

60 min/130€



Massage aux Galets  
Chauds

*Hot Stone Massage*

Soin minéral procurant une profonde détente musculaire grâce à la chaleur des pierres qui se propage dans tout le corps, promesse d'une sensation de bien-être maximum.

*Mineral care for deep muscular relaxation thanks to the stone's heat spreading through the body. The promise of a pure moment of relaxation.*

75 min/140€

Massage future maman  
(4 mois et +)

*Mother-to-be massage  
(4 months and +)*

Massage adapté aux femmes enceintes, qui permet de soulager maux de dos et jambes lourdes, favorise la circulation sanguine, et réduit la fatigue pour une grossesse en toute sérénité.

*Massage suitable for the mother-to-be, which helps relieve back pain and heavy legs, promotes blood circulation, and reduces fatigue for a pregnancy in complete serenity.*

35 min/70€



## CÔTÉ BEAUTÉ OTHER BEAUTY TREATMENTS

Soin des mains ou des pieds

*Manicure or pedicure*

Gommage, massage et beauté  
des mains ou des pieds

*Scrub, massage and care  
of the hands or feet*

45 min/65 €

- Pose de vernis / *Nail polish* : 20€
- Pose de vernis French / *French manicure* : 25€
- Epilations sur demande / *Waxing on request*







## LES SOINS SIGNATURE À LA POMME DE LA FERME

### *Jeunesse éternelle*

La pomme symbolise la jeunesse éternelle. Elle dégage des notes fraîches. Le fruit pulpeux est sensitif et sucré. Les soins actifs « tout pomme », aux odeurs acidulées, dynamisent, vitalisent et rendent aux contours pommelés, légèreté et lignes de noblesse. Le jus naturel de pomme affine le grain de peau en stimulant l'exfoliation naturelle de l'épiderme. Le fruit a des propriétés détoxifiantes. Riche en vitamines A, B et C, la pomme contient aussi de nombreux sels minéraux, son action anti-oxydante stimule la régénération tissulaire, raffermi et hydrate la peau en profondeur. Le corps lissé se sculpte et s'affine, le visage retrouve fermeté et éclat, la peau se gorge de vitamines pour un effet repulpant immédiat.

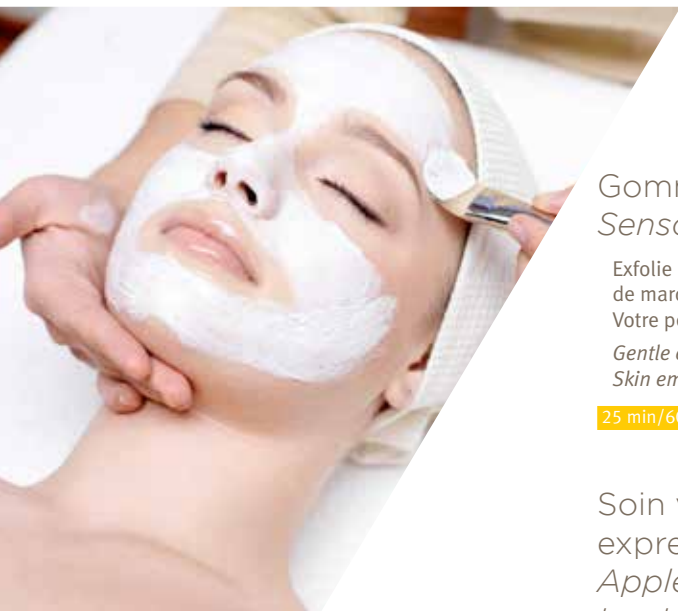
### OUR "SIGNATURE" CARES

*The apple symbolizes eternal youth. The fleshy fruit exudes fresh and sweet notes. Apple-based skin care products have an uplifting scent, energizing and revitalizing effects and help redefine contours. Natural apple juice refines the texture of skin by stimulating natural exfoliation. The fruit has detoxifying and slimming properties. Rich in vitamins A, B and C, it also contains many minerals; its antioxidant action stimulates tissue regeneration, while firming up and deeply moisturizing the skin. The body is taut and smooth and becomes slimmer, the face regains firmness and radiance, and the skin soaks up vitamins for an immediate plumping effect.*





## LES SOINS SIGNATURE À LA POMME DE LA FERME *SIGNATURE APPLE TREATMENTS*



### Gommage sensoriel *Sensory scrub*

Exfolie en douceur grâce à la poudre de marc de pomme séché.  
Votre peau retrouve douceur et souplesse.

*Gentle exfoliation with apple pomace.  
Skin emerges radiant, soft and glowing.*

25 min/60 €

### Soin visage pomme express *Apple express facial treatment*

Coup d'éclat immédiat pour un visage reposé et un teint lumineux.

*Apple based facial care.  
Cleansing, scrub and a very pleasant  
massage.*

25 min/60 €



### Soin visage pomme d'happy *Apple facial treatment*

Tous les bienfaits de la pomme en un soin, pour un effet anti-âge, antioxydant, nourrissant et hydratant.

*100% natural apple based products. This soothing and nourishing treatment restores the skin's comfort and helps to regain its elasticity, softness and a great feeling of comfort.*

60 min/120 €

### Massage paume de pomme *Apple massage*

Ce massage effectué à la fois manuellement et avec les petites pommes de notre région est une véritable parenthèse de détente au parfum fruité de Normandie.

*Apple seed oil massage for a Norman relaxation. A true pleasure to discover.*

75 min/140 €

## LES FORFAITS / PACKAGES



### Forfait Bien-Être *Well being package*

- 1 Gommage et enveloppement de saison
- 1 Massage aromatique sur mesure 1h15
- 1 Soin Dos-Relax
- 1 Soin Visage de saison

- 1 *seasonal scrub and wrap*
- 1 *bespoke aromatic massage 1h15*
- 1 *relaxing back treatment*
- 1 *season's facial*

4h de soins / 420€



### Escale Normande *Normandy package*

- 1 Gommage Sensoriel
- 1 Massage Paume de Pomme 1h15
- 1 Soin Visage Pomme d'Happy

- 1 *sensory scrub*
- 1 *apple massage 1h15*
- 1 *apple facial treatment*

2h30 de soins / 290€

## INFORMATIONS / INFORMATION

La Ferme de Bien-Être vous accueille tous les jours de 8h30 à 20h et de 10h à 16h00 pour les enfants de moins de 12 ans.

Nos Spa Praticiennes vous accueillent tous les jours de 10h00 à 19h30 pour vos soins.

Nous vous conseillons de réserver vos soins à l'avance par téléphone au +33 (0)231.817.800, à l'accueil du spa ou depuis votre chambre (composez le 229).

Afin de bénéficier sereinement de vos soins nous vous invitons à vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Le port des tongs (fournies à la réception du spa) est indispensable pour accéder aux espaces humides.

Tous nos massages sont des massages esthétiques de détente et de bien-être et non à visée médicale ou thérapeutique.

Nous vous remercions de nous faire part de vos modifications ou annulations au plus tard 24h avant l'heure de votre rendez-vous. Passé ce délai, le montant de la prestation sera intégralement facturé.

Tout retard sera décompté sur le temps de votre soin afin de ne pas retarder l'horaire des clients suivants.

*La Ferme de Bien-Être welcomes you every day from 8:30 am to 8 pm and from 10 am to 4 pm for children under 12 years old.*

*Our Spa Practitioners welcome you every day from 10 am to 7:30 pm for your treatments.*

*We advise you to book your treatments in advance by phone at +33 (0) 231.817.800, at the spa reception or from your room (dial 229).*

*In order to enjoy your treatment in all serenity we invite you to present yourself 10 minutes before the time of your appointment.*

*The use of flip-flops (provided at the spa reception desk) is essential to access wet areas in all safety.*

*All our massages are for relaxation and well-being only and not for medical or therapeutic purposes.*

*Please remember to inform us of any modification or cancellation no later than 24 hours before the time of your appointment. After this period, the treatment will be invoiced in full.*

*Any delay will be deducted from the time of your treatment so as not to delay the next appointment.*



# *Ferme* \*\*\*\*\* *Saint Simeon*

HÔTEL - RESTAURANT - SPA

20 Rue Adolphe-Marais  
14600 HONFLEUR

Tél. : +33(0)231 817 800  
[contact@fermesaintsimeon.fr](mailto:contact@fermesaintsimeon.fr)

[www.fermesaintsimeon.fr](http://www.fermesaintsimeon.fr)