



le
MAG'

SEPTEMBRE 2019

Capillaire

RÉPARER VOS CHEVEUX
APRÈS L'ÉTÉ

Phytothérapie

LUTTER NATURELLEMENT
CONTRE LES POUX

Une rentrée en bonne santé !



Rejoignez-nous sur **facebook**.

VICHY

LABORATOIRES



LIFTACTIV COLLAGEN SPECIALIST

CORRIGE LES SIGNES LIÉS À LA PERTE
DE COLLAGÈNE SUR LA PEAU

ACTIFS HAUTE PERFORMANCE

PEPTIDES ANTI-ÂGE

VITAMINE C

EAU MINÉRALISANTE DE VICHY



PRENEZ LE SOIN DE TRIER, CES POTS EN VERRIS SE RECYCLENT



PAGE 4

Capillaire

**RÉPARER VOS
CHEVEUX APRÈS L'ÉTÉ**



PAGE 8

Beauté

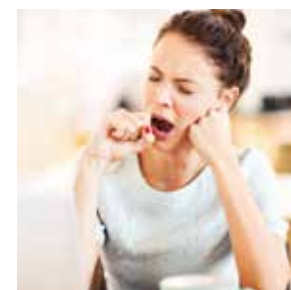
**LA PEAU
GRASSE**



PAGE 10

Bien-être

**LA FATIGUE
AU TRAVAIL**



PAGE 26

Phytothérapie

**LUTTER CONTRE
LES POUX**



Après l'été, la rentrée !

Pendant l'été, les UV assèchent les boutons et améliorent la qualité de la peau, vous pensez être enfin débarrassé de l'excès de sébum et de vos boutons disgracieux. Mais en septembre, la rentrée arrive et le retour de l'acné aussi, les dermatologues appellent ça l'effet rebond. Alors, si les boutons pointent déjà le bout de leur nez, profitez de l'expertise de nos pharmaciens pour vous aider, avec des produits ciblés.

Malgré un repos bien mérité, vous rentrez de vacances et vous avez l'impression d'être mort de fatigue. L'accumulation de ses derniers mois ne s'est pas résolu pendant ses quelques jours de vacances. Faites appel à un professionnel de santé pour vous aider à vous remettre daplomb !

Vos cheveux sont fatigués, ils ne ressemblent plus à rien et vous voulez leur redonner du pep's et de la vivacité ? Afin qu'ils vous restituent toute l'énergie emmagasinée pendant l'été, il vous faudra passer du temps à les chouchouter. Sans oublier le retour des poux dès la rentrée. Alors, n'attendez plus et profitez de nos promos !

Vous trouverez dans ce magazine, tous nos conseils santé et beauté pour la rentrée. Profitez de nos promos et bons plans dans nos pharmacies Pharmabest !

Et toujours...

LES
**BEST
PROMOS**

PAGE 13



Magazine édité par la SAS Pharmabest et offert par votre pharmacien
348 avenue du Prado 13008 Marseille
Directrice de publication : Yanina Arménian
Imprimé par Jean Bernard, Bondues (59)
Conception et Création : M-agency.fr - 03 20 40 87 87
Ne pas jeter sur la voie publique

Réparer vos cheveux après l'été

Dès votre retour de vacances, ne vous prenez pas la tête mais soignez-la ! Vos cheveux sont ternes, secs, abimés et la couleur laisse à désirer... Ce n'est pas la nouvelle saison qui en est la cause, mais l'été qui a fait subir à votre chevelure un traitement de choc.

Pharmabest vous recommande :



Sérum SOS à la pivoine
Flacon 65ml
KLORANE



Lumicia vinaigre de brillance
Flacon 150ml
RENÉ FURTERER



Phytoelixir masque nutrition intense
Pot 200ml
PHYTO

Les baignades prolongées entre mer et piscine, le sable, le chlore ou encore le soleil, la transpiration et les chapeaux vissés sur la tête toute la saison : en voilà un sacré cocktail estival pour vos cheveux ! Voici vos devoirs de rentrée capillaires pour vous faire pardonner. Et si vous avez des enfants et petits-enfants, apprenez-leur rapidement à soigner leurs cheveux. Ils vous en seront reconnaissants plus tard !

Les nourrir abondamment

Urgence de toutes les urgences : nourrissez vos cheveux ! Regardez-vous dans le miroir : cela se voit à l'œil nu. Prenez une mèche entre vos doigts : cela se sent au toucher. La fibre capillaire vient de traverser plusieurs semaines d'agressions multiples. **N'hésitez pas à multiplier les soins dans les premières semaines de la rentrée : vos cheveux en ont besoin.**

Ils sont ternes, cassants, leurs écailles sont abimées, et c'est le bon moment de surjouer les shampoings

nourrissants, les masques pour cheveux, les huiles, les soins réparateurs qui vont permettre à la fibre de restaurer son intégrité et aux écailles de se resserrer.

Sans oublier le cuir chevelu, qui lui aussi a souffert de l'été et de la transpiration. Vos cheveux retrouveront alors de la brillance, et l'énergie nécessaire pour attaquer l'automne et l'hiver en pleine santé. Pour cela pensez à faire votre choix de produits chez votre pharmacien conseil !

Leur redonner forme et couleur

Quand votre fibre capillaire sera restaurée, vous pourrez aller chez votre coiffeur, pour une petite coupe et une couleur de rentrée. C'est excellent pour le moral et formidablement bienfaisant pour vos cheveux : un bon massage du cuir chevelu, quelques centimètres en moins pour retrouver du volume, sans oublier les conseils de soins que votre coiffeur ne manquera pas de vous donner en fonction de l'état de vos cheveux.

DERCOS
TECHNIQUE

SHAMPOOING TRAITANT ANTI-PELLICULAIRE DS



Élimine 100%
des pellicules visibles*

Cuir chevelu sensible
Testé sous contrôle dermatologique

3 ÉTUDES CLINIQUES
2 ÉTUDES OBSERVATIONNELLES

VICHY
LABORATOIRES

* Tests utilisateurs - usage régulier après 2 semaines. Italie.

Si couleur il y avait, il ne doit plus rester grand chose après la période estivale, et pour ne pas regretter les jolis petits reflets laissés par le soleil, demandez à votre coiffeur de jouer la nuance, un ton en dessous de votre couleur ?

Parlons peu, mais parlons poux...

Si vous avez des enfants, vous avez une chance sur cinq d'être confrontée au problème des poux, ces petits insectes qui tapent l'incruste sur le crâne et viennent se nourrir de notre sang, entraînant des démangeaisons pénibles et durables. Avoir des poux ne signifie pas manquer d'hygiène, c'est simplement une contamination, mais demandez vite conseil à votre pharmacien.

Le dispositif « Anti-poux » est prévu pour débarrasser toute la famille des poux adultes et de leurs lentes, avec des

traitements locaux, sous forme de lotions, sprays répulsifs, shampoings, sans oublier le peigne à poux.



Pouxit



N°1*
contre les
POUX



*GERS - POM volume cumulé mobile 05/2019 - marché des produits anti-poux

** Sans insecticide au mode d'action neurotoxique sur le pou et la lente.

Pouxit XF est un dispositif médical anti-poux du cuir chevelu fabriqué par Thornton & Ross Ltd. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Veuillez lire attentivement les instructions figurant dans la notice. Consultez votre médecin ou votre pharmacien pour plus d'informations.
COOPÉRATION PHARMACEUTIQUE FRANÇAISE-Place Lucien Auvart 77020 Meun Cedex- R.D.S. Meun 399227636-100 - Juillet 2019

SANOFLORE
LABORATOIRE BIO



**Aqua
magnifica**
Un pouvoir purifiant comparable
à celui de l'acide glycolique
dans un soin certifié Bio
-37% D'IMPERFECTIONS**

N°1
DES GAMMES ANTI-IMPERFECTIONS
CERTIFIÉES BIO EN PHARMACIES
ET PARAPHARMACIES*



*D'après les résultats obtenus lors de l'étude de l'efficacité de l'acide glycolique en pharmacie et parapharmacie. **Selon l'étude de l'efficacité de l'acide glycolique en pharmacie et parapharmacie. ***Selon l'étude de l'efficacité de l'acide glycolique en pharmacie et parapharmacie.



Soigner la peau grasse

Entre nettoyage inadapté et soins trop agressifs, difficile de trouver le bon équilibre lorsque l'on a la peau grasse. Mais grâce à une routine adaptée, la peau grasse ne sera plus qu'un mauvais souvenir.

Pharmabest vous recommande :



Normalina
Eau micellaire 400ml
DERMINA

Aqua Magnifica
Essence botanique
400ml
SANOFLORE

Normaderm
Soin anti-imperfections
Hydratation 24h 50ml
VICHY

Tolériane
Correcteur de teint
fluide 30ml
LA ROCHE-POSAY

Hyséac
Bi-stick 3ml
URIAGE

#1 Connaître sa peau

La peau grasse provient d'un défaut des glandes sébacées, qui produisent trop de sébum. Notamment sur la célèbre zone T, qui devient luisante et concentre les imperfections. Une peau grasse peut être déshydratée, sensible et réactive ou devenir mixte. **Il est donc nécessaire de faire un diagnostic de peau, afin de choisir des produits adaptés.**

#2 Un nettoyage doux

Pour les peaux grasses mais sensibles, optez pour une eau micellaire adaptée (NORMALINA - DERMINA). Pour un gain de temps, privilégiez un produit triple-action qui nettoie, purifie et traite la peau (ESSENCE PERFECTRICE DE PEAU AQUA MAGNIFICA - SANOFLORE).

#3 Hydratez votre peau

Privilégiez un produit qui offre une action matifiante et hydratante. Elles sont généralement conçues pour les peaux mixtes à grasses. (SOIN CORRECTEUR ANTI-IMPERFECTIONS HYDRATATION 24H NORMADERM - VICHY)

#4 Un gommage 1x/semaine

Les peaux mortes obstruent nos pores et créent imperfections et points noirs. Pour les éliminer, il est nécessaire de procéder à un gommage une fois par semaine. Une exfoliation trop agressive peut entraîner une poussée d'acné. Privilégiez exfolier votre peau en douceur avec une éponge konjac (100% naturelle).

#5 Traitez les boutons

N'étouffez pas vos boutons sous des tonnes de maquillage. Privilégiez des textures sans huile et non comédogènes. Pour un joli teint, craquez pour le maquillage TOLERIANE - LA ROCHE POSAY qui corrige, unifie et traite votre peau !

Pensez également aux sticks couvrants. Ils contiennent des agents asséchants et apaisants, et camouflent les imperfections en un clin d'oeil. (BI-STICK HYSÉAC - URIAGE)



Article rédigé par
AMÉLIE de **SOGIRLYBLOG**
Blogueuse beauté

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

POUR CHANGER LA VIE DES PEAUX SENSIBLES

EFFACLAR DUO(+)

Corrige les imperfections sévères et les marques.
Efficacité dès 12h⁽¹⁾, Anti-récidive.

n°1 des recommandations des dermatologues pour les peaux à tendance acnéique en France⁽²⁾

(1) Test instrumental sur 43 volontaires.
(2) Source: IQVIA - Xponent - marché des cosmétiques en France - études cliniques effectuées en France - CLF Novembre 2018 - n°1

La fatigue au travail

Vous êtes exténué, à plat, sur les rotules, mort de fatigue ? Dites stop ! Mettez fin à cette spirale infernale. L'accumulation de fatigue et le stress professionnel du quotidien sont une réalité. Si vous vous sentez épuisé, faites appel à un professionnel de santé pour ne pas sombrer.

Les symptômes

Certains symptômes ne trompent pas : problèmes de concentration pendant les réunions, erreurs à répétition, mauvaises décisions, baisse de la motivation, irritabilité exacerbée...

Le surmenage et la pression du quotidien professionnel ont un impact direct sur la fatigue et, par conséquent, sur votre efficacité.

Cette situation peut parfois conduire à un « burn-out » : un état d'épuisement physique et émotionnel tel que l'individu ne peut plus faire face et a la sensation d'être complètement vidé. Il ne parvient plus à se ressourcer sur ses temps de repos habituels (week-end, congés, sommeil) et peut, parfois, perdre complètement le contrôle.

Il faut donc agir vite, avant d'en arriver à de tels extrêmes, et ne surtout pas négliger les signes avant-coureurs... Une hygiène de vie saine et équilibrée sera d'une aide

précieuse pour un retour à la normale, mais ne suffira pas pour surmonter cette épreuve.

La supplémentation

Le magnésium est un oligo-élément en carence chez 80 % de la population occidentale. Sa supplémentation régulière est capitale et indispensable au bon fonctionnement du cycle de l'énergie (cycle de Krebs). Son utilisation sous forme de cure sera donc préconisée pour réduire la fatigue, mais aussi pour rééquilibrer votre humeur. Associé à d'autres compléments alimentaires, le magnésium est un allié de taille.

Il est tout aussi conseillé d'avoir recours à la L-tyrosine, un acide aminé précurseur de la dopamine. La dopamine est un neurotransmetteur stimulant, elle est la « clé de votre moteur ». Son utilisation vous assure un véritable coup de fouet avec effet immédiat, qui vous permettra de tenir toute la journée.

Pharmabest vous recommande :



Neurobiane 60 gélules PILÈJE

L'association du ginseng, du guarana, de la L-tyrosine et des vitamines du groupe B pour une efficacité redoutable sur les coups de pompe du quotidien.



TagviC 56 gélules NHCO

Formule ultra complète pour une action rapide garantie grâce à son association de plantes, de vitamines, de minéraux, d'oligo-éléments et d'acides aminés.



Vitalité Royale 30 comprimés PHARMASCIENCE

L'association du Pollen et de la Vitamine C permet de se sentir plus énergique et contribue à réduire la fatigue.

TONIPHYT®
LA GAMME CONCENTRÉE EN VITALITÉ !

OFFERTIS : BOOSTEZ VOTRE TONUS¹

VITALITÉ AU NATUREL²

PRÉSERVEZ VOTRE CAPITAL SANTÉ³

FATIGUE PASSAGÈRE⁴

santé verte

*Formules à base de Vitamine C qui contribue à réduire la fatigue. ¹La Vitamine C & le Guarana contribuent à réduire la fatigue physique et mentale. ²La Vitamine C participe au maintien d'une bonne immunité. ³Les Vitamines B1, B2, B6, le Magnésium contribuent à un métabolisme énergétique normal et le Zinc, les Vitamines A, B6 et B9 au fonctionnement normal du système immunitaire. Compléments alimentaires à consommer dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Lire attentivement la notice des produits avant toute utilisation. Pour toute question sur l'utilisation des produits, demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien. Santé Verte France, 11/19 Rue de Taulin, 33100 Bordeaux.

Pour lutter contre la fatigue, la L-glutamine est elle aussi recommandée. Cet autre acide aminé participe à la multiplication de toutes les cellules à renouvellement cellulaire rapide comme les neurones. Les personnes souffrant de burn-out sont, pour la plupart, carencées en L-Glutamine.

Certaines plantes comme le ginseng ou le guarana possèdent un puissant effet tonique physique et psychique.



Les vitamines du groupe B sont elle aussi indispensables à l'équilibre émotionnel et participent au bon fonctionnement du cycle de l'énergie.

Pour un effet durable dans le temps, il convient par la suite de faire une cure complète de vitamines afin de restocker la totalité des vitamines, minéraux, oligo-éléments et autres acides aminés nécessaires au bon fonctionnement du corps humain.

Régissez à temps ! Vous avez dorénavant toutes les cartes en main pour remonter la pente et affronter de nouveaux défis professionnels.



Article rédigé par
MAXIME DENOTTE
Docteur en Pharmacie

SOYEZ FORT DE L'INTÉRIEUR AVEC BION³

3 souches microbiotiques, vitamines et minéraux



Bion³ ÉNERGIE CONTINUE
Dynamisme au quotidien.⁽¹⁾
Une diffusion progressive des vitamines B et C pendant 6 heures.

Bion³ SENIOR
Activateur de vitalité des Seniors.⁽²⁾
Une formule adaptée aux besoins accrus des plus de 50 ans.

Bion³ DÉFENSE
Maintien des défenses naturelles.⁽³⁾
et aide à réduire la fatigue.⁽³⁾

OFFRE VALABLE DU 01/09/2019 AU 30/09/2019 INCLUS.

1 euro de réduction immédiate à valoir pour tout achat d'un produit Bion³ ÉNERGIE CONTINUE, SENIOR, DÉFENSE et JUNIOR sur les formats 30 comprimés.

-1€
réduction immédiate

-2€
réduction immédiate

2 euros de réduction immédiate à valoir pour tout achat d'un produit Bion³ ÉNERGIE CONTINUE, SENIOR, DÉFENSE et JUNIOR sur les formats 60 comprimés.

Retrouvez-nous sur : www.bion3.fr

Facebook.com/Bion3FR/

Compléments alimentaires. Lire les précautions d'emploi. Demandez conseil à votre pharmacien. Juillet 2019 - P&G Health France SAS.

(1) La vitamine C contribue au fonctionnement normal du métabolisme énergétique. (2) Le fer aide à réduire la fatigue. (3) La vitamine D contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR

LES
**BEST
PROMOS***
DE SEPTEMBRE

BEAUTÉ



1 **SÉBIUM**
BIODERMA
Peaux mixtes
à grasses

-2€



2 **HYSÉAC**
URIAGE
Peaux mixtes
à grasses

-20%



3 **NORMADERM**
VICHY
Peaux grasses

-2€



4 **SEBIACLEAR**
SVR
Peaux grasses

1 produit acheté =
-50%
sur le 2^{ème}



5 **CLEANANCE
& TRIACNÉAL EXPERT**
AVÈNE
Peaux grasses
à imperfections

-2€



6 **CLEANANCE**
AVÈNE
Peaux grasses
à imperfections

-1€



7 **EFFACLAR EAU
MICELLAIRE & GEL
MOUSSANT 2X400ML**
LA ROCHE-POSAY
Peaux grasses

-3€



8 **DERMOPURE**
EUCERIN
Peaux à tendance
acnéique

-20%

* Ces offres sont susceptibles de varier en fonction du point de vente. Dans la limite des stocks disponibles. Photos non contractuelles. Offres valables du 1^{er} au 30 Septembre 2019.

BEAUTÉ

9 **KERACNYL GEL MOUSSANT 200ML**
DUCRAY
Peaux à tendance acnéique
-2€

10 **KERACNYL GEL MOUSSANT 400ML**
DUCRAY
Peaux à tendance acnéique
-3€

11 **ACTIPUR**
NOREVA
Peaux sensibles à imperfections
-2€

18 **LOTION AQUA INFINI**
GALÉNIC
Hydratation
-5€

19 **EAU MICELLAIRE 400ML**
SAINT-GERVAIS MONT BLANC
Peaux sensibles
-2€

20 **AQUASOURCE**
BIOTHERM
Hydratation
-3€

12 **EXFOLIAC**
NOREVA
Peaux à imperfections
-2€

13 **SOINS VISAGE BIO**
CATTIER
-30%

21 **HYALURON-FILLER**
EUCERIN
Anti-âge
-3€

22 **RASAYANA TAAJ**
Anti-âge
-4€

23 **DIOPTI LIERAC**
Contour des yeux
1 produit acheté = **1 Diopti OFFERT**

14 **VISIBLY PURE**
ONAGRINE
Peaux mixtes à imperfections
-2€

15 **HYDRA+ ROC**
Hydratation
-3€

24 **SOINS VISAGE TOPICREM**
-2€

25 **LAIT CORPS HYDRATANT 400ML**
A-DERMA
Peaux fragiles
-2€

26 **LAIT VELOUTÉ CORPS 500ML**
URIAGE
Peaux sèches & sensibles
-30%

16 **CRÈME VISAGE EAU THERMALE**
URIAGE
Hydratation
-20%

17 **HYDRANCE AVÈNE**
Peaux sensibles déshydratées
-2€

27 **ULTRA HYDRATANT CORPS 500ML**
TOPICREM
Peaux sèches & sensibles
-2€

28 **PEAUX ATOPIQUES CICIBIAFINE**
1 produit acheté = **-50% sur le 2ème**

29 **DA ÉMOLLIENT 500ML**
TOPICREM
Peaux atopiques
-2€

9 DUCRAY Sur Keracnyl Gel Moussant 200ml. **10** DUCRAY Sur Keracnyl Gel Moussant 400ml. **11** NOREVA Sur la gamme Actipur. **12** NOREVA Sur la gamme Exfoliac. **13** CATTIER Sur les Soins Visage Bio. **14** ONAGRINE Sur la gamme Visibly Pure. **15** ROC Sur la gamme Hydra+. **16** URIAGE Sur la gamme Visage Eau Thermale Hydratation. **17** AVÈNE Sur la gamme Hydrance.

18 GALÉNIC Sur la Lotion Aqua Infini 200ml. **19** SAINT-GERVAIS MONT BLANC Sur l'Eau Micellaire Thermale 400ml. **20** BIOTHERM Sur la gamme Aquasource et sur les coffrets contenant de l'Aquasource hors nouveautés. **21** EUCERIN Sur les gammes Hyaluron-Filler. **22** TAAJ Sur la gamme Rasayana. **23** LIERAC Pour 1 produit de la gamme Diopti acheté, 1 Diopti offert. **24** TOPICREM Sur les Soins Visage. **25** A-DERMA Sur le Lait Corps Hydratant 400ml. **26** URIAGE Sur le Lait Velouté Corps 500ml, hors offres promotionnelles. **27** TOPICREM Sur l'Ultra Hydratant Corps 500ml. **28** CICIBIAFINE Sur la gamme Peaux Atopiques hors Lait Corps 400ml, lots & coffrets. **29** TOPICREM Sur le DA Baume Emollient 500ml.

HYGIÈNE



1 SENSITIVE PROFESSIONAL
ELMEX
Hygiène dentaire

-30%



2 DENTIFRICE SENSITIVE 100ML
ELMEX
Hygiène dentaire

-30%



3 DENTIFRICE KIDS & JUNIOR 2X50ML
ELGYDIUM
Hygiène dentaire

-1€



4 HOMÉODENT EN LOT DE 2X75ML
BOIRON
Hygiène dentaire

-1€



5 RASAGE & HYGIÈNE
NOBACTER

-20%



6 LISTÉRINE 500ML
LISTÉRINE
Hygiène bucco-dentaire

1 produit acheté =
1 Listérine 500ml OFFERT



7 DÉODORANTS
KEOPS
ROC

-1€



8 SOIN TOILETTE INTIME EN LOT DE 2
ROGÉ CAVAILLÈS
Hygiène intime

-3€

HYGIÈNE



9 GEL SURGRAS 1L
URIAGE
Peaux sensibles

-30%



10 DA GEL SURGRAS 500ML
TOPICREM
Peaux sensibles atopiques

-2€



11 GEL DOUCHE HYDRA-PROTECTEUR
A-DERMA
Peaux fragiles

-20%



12 GELS & PARFUMS DE DOUCHE 200ML
ROGER&GALLET
Hygiène corps

-2€



13 PH5 HUILE DE DOUCHE & GEL LAVANT 1L
EUCERIN
Peaux sèches

-20%

BÉBÉ



1 ABCDERM 1L
BIODERMA

-2€

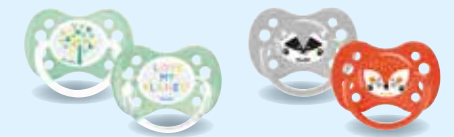


2 BÉBÉ
KLORANE
Soins naturels

-2€

3 SUCETTES
DODIE

2+1
achetées offerte



1 ELMEX Sur Elmex Sensitive Professional Dentifrice lot de 2x75ml, Elmex Sensitive Professional Dentifrice Blancheur lot de 2x75ml, Elmex Sensitive Professional Solution Dentaire 400ml et Elmex Sensitive Professional Brosse à Dents Extra Souple duopack. **2** ELMEX Sur le Dentifrice Elmex Sensitive 100ml. **3** ELGYDIUM Sur le Dentifrice Kids & Junior en lot de 2x50ml. **4** BOIRON Sur Homéodent en lot de 2x75ml. **5** NOBACTER Sur la gamme Rasage & Hygiène, hors formats promotionnels. **6** LISTÉRINE 1 Listérine 500ml Acheté, 1 Listérine 500ml Offert. **7** ROC KEOPS Sur les Déodorants Keops unitaire. **8** ROGÉ CAVAILLÈS Sur les Soins Toilette Intime en lot de 2x200ml et 2x500ml.

9 URIAGE Sur le Gel Surgras 1L. **10** TOPICREM Sur le DA Gel Surgras 500ml. **11** A-DERMA Sur le Gel Douche Hydra-Protecteur 750ml. **12** ROGER&GALLET Sur les Gels Rituels 200ml & Parfums de Douches 200ml, hors homme. **13** EUCERIN Sur Ph5 Huile de Douche 1L & Ph5 Gel Lavant 1L. **1** BIODERMA Sur les ABCDerm formats 1L. **2** KLORANE Sur la gamme Bébé, hors liniments & lingettes. **3** DODIE 2 Sucettes achetées, 1 Sucette offerte.



1 BION 3
30 CAPSULES
MERCK

-1€



2 BION 3
60 CAPSULES
MERCK

-2€



3 OM3 LOT
SUPERDIET
Équilibre émotionnel

-2€



4 OM3
SUPERDIET

-1€



5 ACÉROLA 1000
VITAMINE C
GOVITAL

-1€



6 THALAMAG DUO
IPRAD
Magnésium marin

-2,5€



7 MAGNÉ CONTROL
NUTREOV
Magnésium marin

-2€



8 MAGNÉSIUM
VITAMINE B6
GOVITAL

-1€



9 TONIPHYT
BOOST
SANTÉ VERTE
Tonus

**15 comprimés
OFFERTS**



10 HUILES VÉGÉTALES
PURESENTIEL

-25%



11 HUILES ESSENTIELLES*
PURESENTIEL

-25%



12 HUILES
VÉGÉTALES
PHYTOSUN

**2+1
achetées offerte**



13 HUILES
ESSENTIELLES
PHYTOSUN

**2+1
achetées offerte**



14 HUILES BIO
& NATURELLES
100ML
NATESSANCE

-20%



15 BIOPUR
ACTIVE
GÉLULES
LÉA NATURE

-20%



16 PHANÈRES
LOT
LÉRO
Cheveux
& ongles

-2€



17 MÉNOPHYTEA
NUTREOV PHYTEA
Bouffées de chaleur

-3€



18 THERMOMÈTRES
INFRAROUGE
HARTMANN

-4€

1 MERCK Sur Bion 3 Défense Adulte 30 comprimés, Bion 3 Senior 30 comprimés, Bion 3 Énergie Continue 30 comprimés. **2** MERCK Sur Bion 3 Défense Adulte 60 comprimés, Bion 3 Senior 60 comprimés, Bion 3 Énergie Continue 60 comprimés. **3** SUPERDIET Sur OM3 Équilibre Émotionnel en lot de 3x60 capsules. **4** SUPERDIET Sur la gamme OM3 unitaire. **5** GOVITAL Sur Acérola 1000, 30 comprimés à croquer. **6** IPRAD Sur Thalamag en lot de 2x60 gélules. **7** NUTREOV Sur Magné Control, 60 comprimés. **8** GOVITAL Sur Magnésium Vitamine B6, 45 comprimés. **9** SANTÉ VERTE Sur Toniphyt Boost Goût Citron 30 Comprimés + 15 Comprimés offerts et Toniphyt Boost Goût Fruits Rouges 30 Comprimés + 15 Comprimés offerts, l'offre est inclus dans le produit.

10 PURESENTIEL Sur les Huiles Végétales Bio et non Bio. **11** PURESENTIEL Sur les Huiles Essentielles Bio et non Bio. *Précaution d'emploi et référence Bio ; se reporter aux indications. **12** PHYTOSUN Sur les Huiles Végétales, la moins chère est offerte. **13** PHYTOSUN Sur les Huiles Essentielles, la moins chère est offerte. **14** NATESSANCE Sur les Huiles Bio et Naturelles 100ml. **15** LÉA NATURE Sur la gamme Biopur Active Gélules. **16** LÉRO Sur Phanères en lot de 90+30 comprimés. **17** NUTREOV PHYTEA Sur Ménophytea Bouffées de Chaleur, 120 gélules. **18** HARTMANN Sur les Thermomètres Infrarouge.



1 **COLOR & SOIN**
3CHÈNES
Colorations permanentes

2 colorations achetées = **1 CAPILL'R OFFERT**



2 **CAPILLAIRES**
WELEDA

-20%



3 **SHAMPOINGS**
DERMOCAPILLAIRE
EUCERIN

-20%



4 **CAPILLAIRE**
EXPERT
GRAND FORMAT
FORTÉ PHARMA

-3€



5 **SQUANORM**
DUCRAY
Antipelliculaire

-15%



6 **RITUEL**
À LA QUININE
KLORANE

-4€



7 **MAXI FORMATS**
EXTRA FORT
PARANIX
Anti-poux & lentes

-20%



8 **TRIPHASIC**
FURTERER

1 produit acheté = **1 SHAMPOOING TRIPHASIC 200ML OFFERT**



9 **APAISYL 200ML**
MERCK
Anti-poux & lentes

-2€

Lotion anti-poux maison aux huiles essentielles

Ingrédients :

- 50 ml d'huile végétale (huile d'olive ou de tournesol ou d'argan)
- 10 gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé Pharmascience
- 10 gouttes d'huile essentielle de lavande fine Pharmascience (vraie ou officinale).

Préparation :

1. Mélangez les huiles essentielles ensemble et massez les cheveux pour répartir le mélange sur l'ensemble du cuir chevelu.
2. Recouvrez les cheveux avec un bonnet de bain et laissez agir pendant 2 heures.
3. Rincez ensuite avec son shampoing ordinaire. Il faudra recommencer cette application 2 autres fois avec 3 jours d'espacement entre chaque séance.

Nous vous recommandons ensuite d'utiliser un peigne anti-poux pour enlever les poux morts.



APAISYL®

100% DES POUX LIQUIDÉS, VOUS VOILÀ APAISÉS !




-2€
réduction immédiate*



AGIT EN 1H**

TUE 100% DES POUX ET DES LENTES**

FACILE À RINCER***

*Offre valable du 01/09/2019 au 30/09/2019 inclus. -2 euros de réduction immédiate pour tout achat d'un produit APAISYL® ANTI-POUX XPRESS 15' ou APAISYL® ANTI-POUX XPRESS 15', sur le format 200 ml. **Données Internes - Test in vitro - 2011. ***Données Internes. Test d'usage et évaluation subjective sur 22 volontaires - 2012. Dispositif médical. Les dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent au titre de cette réglementation le marquage CE. Lire attentivement la notice. Application locale. Demandez conseil à votre pharmacien. 06/2019. P&G Health France SAS.

1 3CHÈNES Pour 2 boîtes de Color & Soins achetées, 1 boîte de CAPILL'R offerte. 2 WELEDA Sur les Capillaires, hors formats promotionnels. 3 EUCERIN Sur Dermocapillaire Shampooing Calmant 5% d'Urée 250ml, Dermocapillaire Shampooing Haute Tolérance 250ml, Dermocapillaire Doux Ph5 Protection 250ml et 400ml. 4 FORTÉ PHARMA Sur Expert Cheveux 84 comprimés, Expert Anti-chute 90 comprimés et Expert Anti-casse 120 gélules. 5 DUCRAY Sur Squantom Pellicules Sèches 200ml, Squantom Pellicules Grasses 200ml et Squantom Lotion 200ml. 6 KLORANE Sur Force Kératine 125ml, Kératincaps 3x30 capsules, Force Tri-Active 100ml. 7 PARANIX Sur Paranix Shampooing Extra Fort Anti-Poux et Lentes Familial 300ml, Paranix Extra Fort Anti-Poux Spécial Environnement 225ml et Paranix Lotion Extra Fort Anti-poux et Lentes Familial 200ml. 8 FURTERER 1 produit de la gamme Triphasic Topic ou voie orale acheté, 1 Shampooing Triphasic 200ml offert, hors modèles de voyage. 9 MERCK Sur Apaisyl Anti-poux Xpress 200ml et Apaisyl Anti-poux Xpert 200ml.

Le brossage des enfants

POUR LE TOUT PETIT, LE BROSSAGE DES DENTS DOIT ÊTRE UN MOMENT LUDIQUE. Brossez-vous les dents devant lui en exagérant les gestes, il voudra vous imiter. Vous pouvez aussi improviser une chanson ou le laisser vous brosser les dents avec votre brosse pendant que vous lui brossez les siennes. Même s'il peine un peu au début, il doit prendre le plus tôt possible cette bonne habitude.

1^{ères} quenottes et 1^{ers} soins (de 3 mois à 6 ans)

Il faut brosser les dents de votre enfant quotidiennement, dès la 1^{ère} dent de lait. De 0 à 3 ans, le brossage doit être réalisé par un adulte 1 fois par jour. Entre 3 et 6 ans, le brossage est supervisé par un adulte et réalisé matin et soir.

Choisissez une brosse à dents souple adaptée et un dentifrice pour dents de lait avec un dosage en fluor adapté (500 ppm F- entre 0 et 6 ans). Une quantité de dentifrice de la grosseur d'un petit pois suffit. Brossez les surfaces masticatoires (celles qui mâchent) avec des mouvements de va-et-vient. Dents du bas puis dents du haut. Ensuite, nettoyez les surfaces externes qui sont aussi nettoyées par de petits mouvements circulaires. Et enfin, éliminez la plaque sur les surfaces internes des dents par de petits mouvements de va-et-vient avec la brosse à dent à la verticale. Ne faites l'impasse sur aucune zone et pensez à renouveler sa brosse tous les 2 mois !

Des dents de lait aux dents définitives (de 6 à 12 ans)

Vers l'âge de 6-7 ans, les premières dents permanentes apparaissent et notamment la dent de 6 ans qui correspond

à la première molaire définitive. C'est une dent clé car toute la denture se met en place autour d'elle. Elle nécessite une vigilance toute particulière car les débris alimentaires s'y logent facilement et sa position au fond de la bouche la rend difficile à nettoyer.

Ces nouvelles dents cohabitent avec les dents temporaires (communément appelées dents de lait) toujours présentes. On appelle cette coexistence, la denture mixte. Il n'est alors pas aisé de se brosser les dents. Celles qui poussent sont douloureuses, certaines sont mal alignées, d'autres bougent ou sont manquantes. Le brossage doit durer 2 minutes 2x par jour minimum et tout en responsabilisant l'enfant, les parents doivent continuer à superviser discrètement l'hygiène bucco-dentaire de leur enfant.

L'utilisation d'un dentifrice au dosage en fluor adapté aux juniors (1400 ppm) et au goût agréable est aussi primordiale pour aider à prévenir efficacement les caries.

La denture permanente achève de se mettre en place à 12 ans et il faut insister au plus tôt sur l'importance d'une hygiène bucco-dentaire de ses dents « toutes neuves ».



Article rédigé par **MEHDI AIT-LAHSEN**
Affaires Scientifiques Colgate France

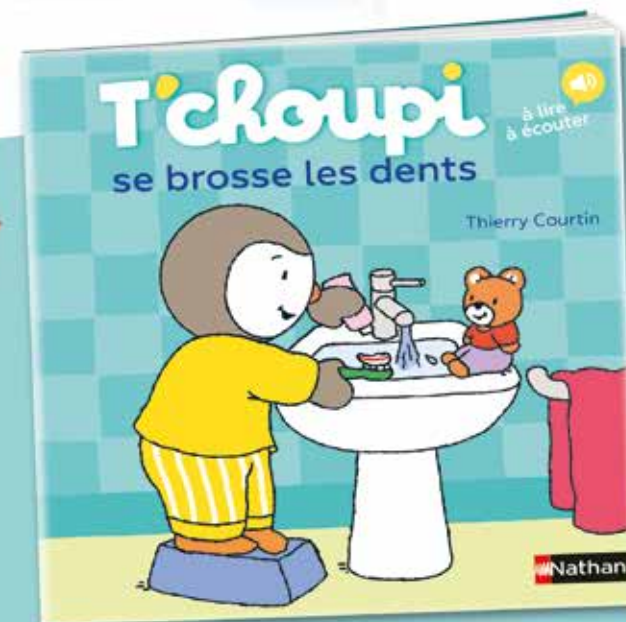
elmex

Des dents saines pour la vie.

Aide à protéger des caries dès la première dent!



2 produits **elmex**
enfant ou junior
achetés
=
1 livre
T'choupi
OFFERT**



T'choupi, illustrations de Thierry Courtin © Nathan, 2019

*elmex 1^{ère} marque de dentifrice recommandée par les dentistes, étude quantitative 2018.
**Opération valable du 24 Août 2019 au 31 Décembre 2019, dans la limite des stocks disponibles.

Redécouvrez les Extraits de Cologne Roger&Gallet

REDÉCOUVREZ LES EXTRAITS DE COLOGNE : UNE COLLECTION DE SEPT FRAGRANCES JOYEUSES, ÉCLATANTES, LUMINEUSES, INSPIRÉE DE L'EAU DE COLOGNE ORIGINELLE DE LA MAISON ROGER&GALLET.

Conciliant la fraîcheur inégalable d'une Cologne à l'intensité et la tenue d'une Eau de Parfum, les Extraits de Cologne ont été créés par les plus grands nez de la parfumerie moderne.

Ces derniers ont choisi un ingrédient star pour ensuite le réinventer dans un Extrait :

Anne Flipo avec la Tubéreuse, Alberto Morillas avec le Thé, Elise Bénat avec le Cassis, Fabrice Pellegrin avec le Néroli, Aurélien Guichard avec la Rose et Frédérique Terranova avec le Magnolia.

Chacun des Extraits dispose d'un taux de naturalité inédit jusqu'à 90% d'ingrédients d'origine naturelle.

Notre best-seller

Néroli Facétie, une fragrance signée par le parfumeur français Fabrice Pellegrin.

« Le néroli, la fleur d'oranger, c'est toutes mes origines. C'est le côté méditerranéen, rayonnant, chaud, la joie de vivre, c'est le partage. Et l'eau, les embruns, cette odeur d'iode que j'ai essayée de mettre dans le jus donne l'impression d'un jus très aérien, très ouvert très lumineux, rayonnant, pétalé avec ses effets légèrement salés. »

Fabrice Pellegrin

Notre coup de cœur

Magnolia Folie, une fragrance signée par le parfumeur française Frédérique Terranova.

« Stimulant, joyeux à l'excès, l'Extrait de Cologne Magnolia Folie exalte l'esprit et envire les sens avec un magnolia surprenant : pétillant, pur et pétalé. »

Frédérique Terranova

Découvrez dès maintenant en point de vente leur rituel associé (parfum de douche & crème de parfum) pour prolonger le sillage de votre fragrance préférée !



ROGER & GALLET

195 RUE SAINT HONORE - PARIS



Cosmétique Active France - SNC au capital de 24 180 euros - RCS Nanterre 325 202 711 - 30 rue d'Alaise - 92300 Levallois Perret

MAGNOLIA FOLIE

Le Nouveau Rituel Parfumé



Lutter naturellement contre les poux



La fin des vacances a sonné et nous voici revenus sur le chemin de la rentrée. Et qui dit rentrée, dit rentrée des classes et retour des poux ! Pas de panique, les huiles essentielles Pharmascience sont la solution naturelle pour combattre les affreux parasites sans agresser les cheveux. Retour sur les huiles phares pour vivre une rentrée sereine.

L'huile essentielle d'Eucalyptus radiata : prévenir plutôt que guérir

Pour éviter la contamination des poux, il existe un moyen efficace de les repousser avant même leur invasion : l'huile essentielle d'Eucalyptus Radiata. Ses propriétés antifongiques et bactéricides que lui confère sa composition en 1,8 cinéole ont également une action répulsive et permettent de prévenir l'apparition des poux.

Conseil d'utilisation : à partir de 6 ans, vous pouvez déposer 1 goutte pure à différents endroits du cuir chevelu. Elle est généralement très bien tolérée. Renouvelez pendant les périodes de contamination pour prévenir leur apparition.



Eucalyptus Radiata
Huile essentielle 10ml
PHARMASCIENCE



Lavandin Grosso
Huile essentielle 10ml
PHARMASCIENCE

L'huile essentielle de Lavandin : l'ennemi redoutable

S'il est une huile essentielle que les poux redoutent c'est bien celle de lavandin ! Grâce à sa forte concentration en linalol, le lavandin a une action parasiticide particulièrement efficace sur les poux. On la retrouve d'ailleurs dans la composition des produits pharmaceutiques anti-poux.

Conseil d'utilisation : L'huile essentielle de Lavandin convient à toute la famille, à l'exception des femmes enceintes et des enfants de moins de 3 ans. Il est préférable en revanche de la diluer avant toute application. Vous pouvez ajouter quelques gouttes à votre shampoing ou l'appliquer sur les cheveux, diluée à une huile végétale.

L'huile essentielle de Tea Tree : le second couteau contre les poux

Antibactérienne à large spectre et antiparasitaire, l'huile essentielle de Tea tree s'avère être, à l'instar du Lavandin, un allié naturel puissant pour éliminer les poux et les lentes. Elle contribue à étouffer les poux en pénétrant leurs cellules et éviter ainsi leur reproduction. Diluée seule ou en synergie avec l'huile essentielle de Lavandin, le Tea tree est l'autre huile indispensable pour lutter efficacement contre les poux.

Conseil d'utilisation : Ajoutez une goutte de Tea tree à votre shampoing et laissez reposer quelques minutes avant de rincer. Vous pouvez également la diluer à une huile végétale que vous laisserez agir avant d'utiliser le peigne à poux.



Tea Tree
Huile essentielle 10ml
PHARMASCIENCE



Née de la volonté d'unir son expertise pharmaceutique aux bienfaits de la nature et de la phytothérapie, PHARMASCIENCE propose une gamme de produits entièrement dédiée à la santé et au bien-être. Les produits PHARMASCIENCE sont élaborés à partir d'ingrédients d'origine naturelle, soigneusement sélectionnés, et sont fabriqués en France dans le respect de l'environnement. PHARMASCIENCE, c'est **71 compléments alimentaires**, **55 huiles essentielles 100% bio** et une gamme de 9 programmes à des prix très attractifs.

Vous seriez surpris de tout ce que vous pourriez manquer à cause d'une grippe



Qu'est ce que la grippe ?

Une infection respiratoire d'origine virale :

La grippe revient le plus souvent sous forme d'épidémie chaque année entre les mois de novembre et mars. L'épidémie dure souvent 9 semaines¹.

Une maladie très contagieuse :

Le virus de la grippe peut se transmettre d'individu à individu par les sécrétions émises lors des éternuements, postillons... ou par contact avec des objets contaminés¹.

Un adulte infecté est en général contagieux depuis la veille de l'apparition de ses symptômes et durant les 3 à 5 jours suivants. Pour un enfant, c'est plus long, de plusieurs jours avant l'apparition des symptômes jusqu'à 10 jours après².

C'est au début de la maladie que le malade est le plus contagieux².

Des symptômes caractéristiques³ :

La grippe débute soudainement et se reconnaît entre autres à l'association **d'une forte fièvre, de courbatures, d'une grosse fatigue, de maux de tête...**

À ne pas confondre avec le rhume, généralement moins sévère que la grippe et qui entraîne un écoulement ou une congestion du nez, des éternuements et un mal de gorge.

Quelles sont les conséquences de la grippe ?

La grippe saisonnière est souvent considérée comme une maladie bénigne et pourtant, elle est à l'origine chaque hiver de nombreuses hospitalisations et même de décès.



2,5 millions
de personnes concernées
chaque hiver en France³

1. <http://invs.santepubliquefrance.fr/Dossiers-thematiques/Maladies-Infectieuses/Maladies-a-prevention-vaccinale/Grippe/Grippe-generalites/Point-sur-les-connaissances>
2. Chikhal K et al., Prévenir la grippe saisonnière – Septembre 2017 Coll. Repères pour votre pratique. Santé Publique France <http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1684.pdf>
3. Santé Publique France, La grippe saisonnière – Janvier 2018 <http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/grippes/index.asp>
4. Surveillance de la grippe en France, saison 2018-2019 : <http://invs.santepubliquefrance.fr/Dossiers-thematiques/Maladies-infectieuses/Maladies-a-prevention-vaccinale/Grippe/Grippe-generalites/Donnees-de-surveillance/Bulletin-epidemiologique-grippe-semaine-15.-Saison-2018-2019>
5. OMS, Grippe saisonnière. Janvier 2018

Pendant l'épidémie de grippe 2018-2019:

H
environ 65 000 passages pour grippe aux urgences, dont plus de **10 000 hospitalisations**⁴

!
environ **7 700 décès** attribuables à la grippe en période épidémique⁴

Comment se protéger ?

Heureusement il existe plusieurs façons de vous protéger, vous et vos proches, contre la grippe. Le moyen le plus efficace de se prémunir de la grippe et de ses complications est la vaccination⁵.

Environ 2 000 décès évités chaque année

grâce à la vaccination chez les personnes âgées²



Toute personne âgée de plus de 6 mois peut se faire vacciner contre la grippe saisonnière¹. La vaccination est cependant recommandée chaque année chez les personnes à risque de complications.

Les gestes et mesures barrières³ sont complémentaires de la vaccination et sont à renforcer au cours des épidémies de grippe :

- Couvrez-vous la bouche et le nez si vous éternuez ou toussiez
- Lavez-vous les mains régulièrement
- Mouchez-vous dans des mouchoirs à usage unique et jetez-les
- Utilisez une solution hydro-alcoolique
- Portez un masque et limitez les contacts
- Aérez votre logement chaque jour

Qui peut l'attraper ?

La grippe peut toucher tout le monde, même les personnes en forme et en bonne santé.

Quelles sont les personnes les plus à risque de présenter des complications ?



Les personnes âgées de 65 ans et plus ;



Les femmes enceintes, quel que soit le trimestre de la grossesse ;



Les personnes, y compris les enfants à partir de l'âge de 6 mois, atteintes de pathologies chroniques tels que le diabète, l'asthme...



Les personnes obèses avec un IMC (Indice de Masse Corporelle) supérieur ou égal à 40 kg/m²

Demandez conseil à votre pharmacien ou à votre médecin.

Attention aux complications !

La grippe peut également se compliquer et avoir des conséquences très graves pouvant aller jusqu'au décès. Ces complications touchent essentiellement des personnes dites à risque comme, les personnes de plus de 65 ans, les personnes fragilisées par des maladies chroniques (problèmes cardiaques, pulmonaires ou immunologiques...), les personnes obèses avec un IMC (Indice de Masse Corporelle) $\geq 40 \text{ kg/m}^2$ ou encore les femmes enceintes¹.

Une reprise du sport réussie

PEU IMPORTE CE QUI A ENTRAINE VOTRE ARRÊT ET CE QUI MOTIVE VOTRE REPRISE, CE QU'IL FAUT C'EST UN RETOUR AU SPORT EN DOUCEUR ET SANS RISQUE POUR VOTRE PLUS GRAND PLAISIR.

Pour une reprise plaisir : bien choisir son sport

Choisissez une activité qui vous plaise et qui vous corresponde (sport collectif, intérieur ou extérieur, en musique, avec coach...), mais qui soit également compatible avec votre emploi du temps en termes d'horaires et de trajets. Si les activités en solo comme le running semblent moins contraignantes, les séances en groupe sont plus motivantes pour une reprise, le côté social aidant à la régularité.

Pour une reprise durable : un programme raisonnable et progressif

Définissez clairement vos objectifs et établissez un programme d'entraînement personnalisé et tout en progression. Ne surestimez pas vos possibilités et ne visez pas trop haut, au risque de vous épuiser et de vous décourager. Si besoin, vous ferez plus tard des ajustements, ce qui sera valorisant.

Pour une reprise saine : rééquilibrage alimentaire

Rééquilibrez votre alimentation sans délai : misez sur la variété, plus de fruits et légumes, moins de sucre et de

graisses, et cuisinez vous-même avec des produits de base.

En prévision des entraînements et des épreuves, adaptez votre alimentation pour être sûr de disposer de l'énergie suffisante. Pendant, hydratez-vous, et ensuite ne négligez pas la récupération. Après l'effort, vous avez besoin de protéines pour reconstruire vos muscles, de glucides pour renflouer votre stock de glycogène et à nouveau de beaucoup d'eau pour compenser les pertes en minéraux.

Pour une reprise sans risque : la case médecin est-elle indispensable ?

Oui si vous avez atteint la cinquantaine, si vous présentez une maladie ou au moindre doute. Ce sera l'occasion de faire un bilan afin de vérifier que tout va bien et de vous rassurer.

Article rédigé par
ISABELLE EUSTACHE
Docteur en Neurosciences
Responsable de la communication scientifique
EA Pharma



Amandine Henry



RECOVERY MAX

Un complexe naturel à base de super aliments pour une **récupération efficace** après l'effort.

Sans colorant artificiel ni conservateur
Programme de 20 entraînements - Saveur Fruitée

#EAFITAVECVOUS



WWW.EAFIT.COM

EA FIT
ACTIVE NUTRITION

Pharma SCIENCE



LE MEILLEUR POUR MON BIEN-ÊTRE

NOUVEAU NOUVEAU
NOUVEAU NOUVEAU
NOUVEAU NOUVEAU



PHARMASCIENCE PROPOSE UNE GAMME DE
55 HUILES ESSENTIELLES ENTIÈREMENT DÉDIÉE
À LA SANTÉ ET AU BIEN-ÊTRE.



PHARMASCIENCE
LA SCIENCE AU NATUREL