

carnet santé⁺



ÉDITION PARTISAN DE VOTRE SANTÉ

Marcher, courir, nager, jardiner...
Nous avons besoin de bouger
pour être – et rester! – en santé.
Ajoutez à cela une saine alimentation et
une bonne hydratation et vous mettez
toutes les chances de votre côté!



TRAITEMENT + PRÉVENTION + BIEN-ÊTRE

carnet santé⁺



EN QUÊTE D'ÉNERGIE?

Une alimentation équilibrée comprend des protéines, des lipides, des glucides, des vitamines et des minéraux. Malheureusement, nos vies effrénées nous empêchent parfois de satisfaire tous nos besoins. Par bonheur, il existe aujourd'hui des produits spécialement conçus pour combler nos carences.

Facile à mélanger pour une collation rapide et nutritive

16⁹⁹ ch.

VEGA
SMOOTHIE PROTÉINÉ
Supplément nutritif
Saveurs variées
Poudre
260 g, 262 g, 276 ou 285 g



**Nutritif et végétal...
2 portions de légumes verts par portion**

26⁹⁹ ch.

VEGA
PROTEIN & GREENS
Supplément nutritif
Saveurs variées
Poudre, 521 g, 522 g ou 526 g

Aide à la réparation des tissus

18⁹⁹ ch.

JAMIESON
ESSENTIELS PLUS PROTÉINES
Chocolat au lait,
vanille française ou baies et crème
325 g



Mélange de vitamines, de minéraux et d'électrolytes qui donne un regain d'énergie

14⁹⁹ ch.

ADRIEN GAGNON
ENERGEX
Poudre effervescente
10 X 8 g

Aide à augmenter l'endurance et à réduire le stress et la fatigue

14⁹⁹ ch.

WEBBER NATURALS
Maca avec ginseng
500/200 mg
90 capsules



« AÏE! J'AI MAL! »

En plus d'améliorer l'humeur, l'activité physique diminue les risques de maladies cardiovasculaires. Des douleurs articulaires vous empêchent d'être actif comme vous le souhaiteriez? Certains produits peuvent correspondre à vos besoins... N'hésitez pas à en discuter avec un professionnel de la santé.

Améliore la flexibilité des articulations

22⁹⁹ ch.

GENACOL
Os et articulations
90 capsules
Anti-douleur
90 capsules
Plus Glucosamine
90 capsules



10⁹⁹ ch.

OPTION+
Douleurs arthritiques
150 ml + 50 ml

Soulage rapidement les douleurs

MESSAGE IMPORTANT

- > Tout médicament ou produit de santé naturel peut causer des effets indésirables sérieux ou des interactions avec d'autres médicaments.
- > Lire attentivement les inscriptions, mises en garde et dépliants fournis par le fabricant et consulter votre pharmacien lors de l'achat de médicaments ou de produits de santé naturels.
- > Toujours tenir les médicaments et produits de santé naturels hors de la portée des enfants.

THÉRAPIE CHAUD/FROID

Aide à soulager les blessures musculaires et articulaires



15%
de rabais
Produits sélectionnés

RUBANS KINESIO

Supporte le muscle et l'articulation durant l'activité.
Augmente la circulation sous-cutanée.



3⁹⁹
à
8⁹⁹
ch.
Produits
sélectionnés

Paramedic™

360°

POUR UN MEILLEUR
TRAITEMENT DES
BLESSURES

—
POUR AIDER À
RESTER ACTIF

—
POUR AMÉLIORER
SES PERFORMANCES
PHYSIQUES

SUPPORT ORTHOPÉDIQUE

Matériel élastique et perméable à l'air.
Support accru pour s'adapter à la gravité de la blessure.



15%
de rabais
Produits sélectionnés

16⁹⁹
ch.

Produits sélectionnés

COMPRESSION

Fibre d'argent.
Compression graduée.
Augmente la performance.
Augmente l'influx sanguin.
Diminue la récupération.



BUVEZ-VOUS SUFFISAMMENT?

Ne pas consommer assez de liquides chaque jour peut avoir des répercussions sur votre organisme... et votre santé! C'est pourquoi vous devriez toujours garder un verre ou une bouteille d'eau à portée de la main!



CORPS
70%
D'EAU

POIDS ÷ 2
(LB)

8 = 1
ONCES

EAU
NECESSAIRE
(PAR JOUR)



Des signes de déshydratation

- Soif
- Bouche sèche
- Peau sèche
- Urine foncée
- Selles dures
- Vertiges



POUMONS
90%
D'EAU



SANG
85%
D'EAU



CERVEAU
75%
D'EAU



OS
24%
D'EAU

Contient des probiotiques

2/5\$

KARMA
Eau vitaminée
532 ml



Naturellement aromatisée aux fruits

99¢ ch.

FRUIT DROP
Breuvage à base d'eau 1 L



Remplace les électrolytes perdus

3/5\$

GATORADE
Saveurs sélectionnées
710 ml



Provient d'une source naturelle en Abitibi

2/5\$

OPTION+
Eau de source naturelle
12 X 500 ml

