



In dit nummer

- 1 Inleiding
- 1 Rookverbod
- 1 Sport
- 2 Incontinentie
- 3 Zon
- 3 In promotie
- 3 Nieuw

Inleiding

Beste nieuwsbrieflezer,

wij zijn toe aan onze 12de nieuwsbrief die er deze keer een beetje anders uit ziet. Het is een nieuwsbrief met nieuws en weetjes. Wij wensen u een aangename lente en kort voor de zomer mag je ons terug verwachten met meer nieuws.

Rookverbod

Vanaf 1 juli geldt rookverbod ook in cafés, misschien de aanleiding om te proberen stoppen met roken of te verminderen. In de apotheek kan u terecht voor advies en tips en mogelijke hulpmiddelen om deze grote stap te zetten, of neem een kijkje op www.apotheekmouton.be en klik door naar nieuwsbrief nr. 5

Sport

op 21 maart mochten wij ruim 80 geïnteresseerden verwelkomen op onze avond over sportvoeding. Naast het belang van een evenwichtige voeding, kwam ook het gamma Etix aan bod, een gamma dat voor elk product een anti-doping engagement aanging.

Enkele tips

- de dag voor de prestatie veel rusten, niet trainen
- voeding eten rijk aan snelle suikers : o.a. witte rijst, witte pasta, banaan, mango, wit brood, rozijnen (goed gekookt is sneller)
- neem je suikerrijke maaltijd ten laatste 2 u voor het sporten
- cola bevat veel suiker, maar het zuur in de cola vertraagt een suiker
- suikers onder vaste vorm leveren minder snel energie, vandaar dat rijsttaartjes en energierepen vooral aangewezen zijn bij langere inspanningen.
- een hersteldrank wordt het best ingenomen binnen de 30 min. na de inspanning
- een duursporter heeft meer nood aan eiwitten, o.a. te vinden in biefstuk, zalm, kip zonder vel, Gouda (die dan weer het nadeel heeft te veel vet te bevatten)
- een sporter zweet gemiddeld 1 liter/uur (2 % gewichtsverlies). Dit heeft een prestatievermindering van 20-30% tot gevolg. Drink daarom 1 liter per uur.
- Dit alles en veel meer kun je ook nalezen op www.apotheekmouton.be bij presentatie etixx.



*Een sporter zweet
gemiddeld 1 liter/uur.*

*Dit heeft een
prestatievermindering van
20-30% tot gevolg*

MOUTON

A P O T H E E K



Weststraat 34, Sleidinge 09 357.20.50 www.apotheekmouton.be

Incontinentie

Er zijn meer mensen met urineverlies problemen dan U denkt. 7.3% van de Belgen kampen met incontinentieproblemen, een verschijnsel dat niet alleen voorkomt bij ouderen.

Urineverlies kan tijdelijk zijn bij bijvoorbeeld zwangerschap, na de bevalling, menopauze, cystitis, prostaatproblemen, of uitgelokt door medicatie....

Aarzel niet er met ons over te praten, graag helpen wij u verder in alle discretie in de thuiszorgwinkel.

Bekijk ook onze nieuwe etalage, ontdek het nieuwe gamma van Hartmann en vraag een staal (zie formulier hieronder).

Een antwoord op ieders behoefte: Het verbeterde MoliMed® gamma in één oogopslag.

MoliMed® PREMIUM

De perfecte oplossing voor elke dag, nu met een nog hoger aangenaam, zacht draagcomfort.



mini

midi

maxi

Voor zeer licht tot sporadisch urineverlies.



ultra micro

micro light

micro

MoliMed® SPORTIVE
Ideale bescherming die perfect blijft zitten in alle omstandigheden.



MoliMed® Thin
Onzichtbare bescherming, zelfs bij nauwsluitende kleding.



MoliMed® for men

Speciaal ontworpen voor de mannelijke anatomie.



active



protect

Veiligheid en discretie voor elke behoefte.

Kruis hieronder gewoon het gewenste MoliMed® product aan. Op vertoon van deze kaart zal uw apotheker of uw medische vakhandel u het gevraagde product in alle discretie overhandigen.

Uw discretiekaart



MoliMed® PREMIUM - discrete en betrouwbare bescherming:

- ultra micro
- micro light
- micro



MoliMed® PREMIUM – hoog absorptievermogen:

- mini
- midi
- maxi



MoliMed® SPORTIVE – ideale bescherming voor actieve vrouwen.



MoliMed® Thin – voor vrouwen die extra discretie willen.



MoliMed® for men active – de peniskoker die discrete bescher-



MoliMed® for men protect – inlegger met anatomische pasvorm

MOUTON

A P O T H E E K



Weststraat 34, Sleidinge 09 357.20.50 www.apotheekmouton.be

Zon



*tussen 11u en 16 u,
kinderen voorzien van
een t-shirt en hoedje*

De maand april was een bijzonder zonnige maand, tijd dus om te denken aan een goede zonnecrème. Wij selecteerden verschillende merken en zijn overtuigd van de meerwaarde van de crèmes met zowel een hoge UVA als UVB bescherming. Het volledige gamma Louis Widmer en La Roche Posay en Bioderma zijn beschikbaar, alsook Roc en Vichy.

Enkele tips:

- vermijd parfum en bewaarmiddelen
- smeer tijdig en voldoende, en herhaal voldoende
- leg baby's nooit in de zon
- tussen 11u en 16 u, de kinderen voorzien van een t-shirt en hoedje
- sommige medicatie kan u gevoeliger maken voor de zon, informeer U bij de apotheker

In promotie

Louis Widmer douche gel en shampoos tijdelijk aanbod van de grotere verpakking voor dezelfde prijs

Louis Widmer zonneproducten, de tweede aan halve prijs.

Maak kennis met bruinen zonder zon voor de instapprijs van 2.00 euro

Omnivit haar : nu met 1 maand gratis

Dercos ampoules tegen haaruitval, nu 20 % reductie

Nieuw



- Etix delactic : capsules met een ontstekingsremmende werking op basis van pompoenzaad
- Bibi fopspenen : nu een nieuw gamma in huis voor 1dag, 6 maand of 12 maand: alle bibi speentjes zijn zonder bisfenolen (vanaf nu ook vermeld op de verpakking).
- Tempur fietszadel : in de thuiszorgwinkel kunt u de fietszadels van Tempur komen bekijken, zowel gewone als sportzadels beschikbaar.