

Nieuwsbrief

Beste nieuwsbrieflezer,

Afgelopen maand is de afwerking van het thuiszorggedeelte goed gevorderd zodat de opening voorzien is begin mei. Als nieuwsbrieflezer zal u hierover een speciale editie ontvangen zodat u als eerste hiervan op de hoogte zal zijn!

Volgende maand vieren we nog alle moeders op zondag 11 mei. Wil je mama verrassen met een geschenkje dan kan je hiervoor bij ons terecht. Indien nodig helpen we u kiezen en maken we er een mooi pakje van. Bij een waardebon kan mama zelf kiezen.

Mei is ook de maand van de communie- en lentefeesten, we wensen allen proficiat en maak er een onvergetelijke dag van!

Voor de studenten echter komt er een zware periode aan van studeren en examens afleggen, we geven hieronder heel wat tips om optimaal te studeren en wensen iedereen veel succes!

Nu in de kijker : enkele tips voor

Optimaal studeren

- Zorg voor evenwichtige gezonde maaltijden! Vitaminen en mineralen zijn essentieel, een tekort ervan maakt dat er minder concentratie is en je sneller moe wordt. Een **multi-vitaminepreparaat** kan helpen om de lastige periode door te komen.
- Zet dikwijls vette vis op het menu of neem **extra visolie** in vb. ZenixX. De vetzuren erin bevorderen de concentratie en het geheugen. Start hiermee minstens 3 weken voor de examens!
- Drink 2 liter water/dag of wissel af met **groene thee** (vb. Tilman, koud of warm)
- **Pauzeer** regelmatig een 10-tal minuutjes en zorg voor voldoende beweging, daarna kan je met dubbel zoveel aandacht terug aan het werk. Verlucht je studeerplek tijdens je pauze.
- Een handjevol “studentenhaver”, mengeling van **noten en rozijnen**, verhoogt de intellectuele capaciteiten. **Fondant chocolade** is dankzij de flavonoïden een boost voor de doorbloeding naar de hersenen.

- Ziek worden tijdens de examens is absoluut te vermijden. Verhoog je **weerstand** met natuurlijke producten zoals ImunixX of Echinacea M.T. (bestaat in druppels, tabletjes, zuigtabletten).
- Studeer op een rustige, vaste plek met veel direct daglicht. Gebruik oordopjes om omgevingslawaai weg te filteren.
- **Nachtrust** is heel belangrijk om de volgende dag weer vol goede moed te starten. Kan je moeilijk inslapen, drink relaxerende thee of neem een plantaardig rustgevend middel vb. Dormixx, Vogel-Dormeasan, ...
- Toch **slecht geslapen**? Omnivit Performance (met magnesium, vitamine C en cola-extract) is een smeltpoeder en geeft direct energie. Tauritine is een snelwerkende drinkbare ampoule.
- **Stress voor het examen** kan je heel goed homeopatisch behandelen vb. Sedatif-PC of met plantaardige extracten vb. Sedixx!
- Om **geheugen en concentratie** te ondersteunen en extra energie te verkrijgen is Tonixx Plus (2 tabl. bij ontbijt) of Memotonus (2 x2 tabl. per dag) aan te bevelen. Beloon jezelf als je klaar bent met leren met iets dat je graag doet of graag eet en ga met een positief gevoel slapen.

Nieuw in de apotheek :

Roger & Gallet lichaamsverzorging: Het vakmanschap van een parfumeur-apotheker sinds 1862 wordt nu ook in onze apotheek aangeboden.

Zeepjes, douchegel, bodymelk en de eau de toilettes; heerlijk geparfumeerd met essentiële oliën.

Meer info op <http://www.nl.roger-gallet.be>

EyeCARE : jumbo lippenstiften en oogschaduwpotloden voor gevoelige huid.

Pharmanord : goed gedoseerd gamma aan voedingssupplementen met een ideale opneembaarheid.

Inneov circuvein en Varivenol : om op natuurlijke wijze zware en vermoeide benen te verlichten.

Amincir : een plantaardige zuiveringskuur, ook ideaal bij een dieet om extra vocht af te drijven.

Parakito : handige enkel- of polsband met leuke design om op een natuurlijke manier muggen op afstand te houden.

Listerine professional : prima mondspoelmiddel voor langdurige pijnverlichting bij tandgevoeligheid.

Force G : ampullen op basis van planten en aminozuren. Ideaal bij vermoeidheid, voor studenten of bij langdurig autorijden.

Epitact : orthopedisch gamma voor voetkwaaltjes.

Durex : gamma voor intiem gebruik met keuze uit verschillende condooms en glijmiddel.

Promoties

Gratis aftersun bij aankoop van 2 Bioderma zonneproducten.

Gratis ph5 waslotion bij aankoop van 2 zonneproducten van Eucerin.

Vichy duoverpakkingen van deo's : 2e aan -50%.



Interessante links:

- Alles over voetverzorging vind je op <http://www.verzorg.be/>
- Meer weten over de energieopwekkende Q10 van Pharmanord? Kijk op <http://www.youtube.com/v/eRlbn3cBAmg>

Agenda

Weldra opening thuiszorgdeel !

Begin juni : week van de hydratatie en alle droge huid problemen.

Denk nu reeds aan

- Ook al is de zon er niet, UV-straling is er zeker. Wij helpen u graag op weg bij de aankoop van aan een geschikt zonneproduct dat bij uw huidtype past. Wij hebben zonneproducten binnen van Bioderma, Widmer, Eucerin, Vichy, La Roche Posay en Mustela.
- Speciale verkoop in het vooruitzicht van de wereldbeker voetbal : tuutjes en handwash van de Rode Duivels.

Indien u deze nieuwsbrief niet meer wenst te ontvangen of op een ander e-mailadres kan u ons steeds een mailtje sturen.

Hebt u familie of vrienden die ook graag op de hoogte blijven, geef dan gerust hun e-mailadres door.