



# FORMATION

CONSEILS COMPTOIR DE SAISON  
MARS / AVRIL

Desislava Baykova

Doriane Strobel

Iris Freval

Fadma Bahou

Meriem El Hammouti

## **BIEN-ÊTRE / SANTÉ**

- ARTICULATIONS
- DOULEURS MUSCULAIRES
- STRESS SAISONNIER
- ALLERGIES

## **BEAUTÉ**

- FEMMES ENCEINTES
- PRODUITS BEBÉ

# ARTICULATIONS

**Demande client :** J'ai mal aux genoux, j'ai de l'arthrose...

**Questions pharmacien :** Depuis quand ? Connaissez-vous l'origine de cette douleur ? Avez-vous eu un accident, une chute ? Avez-vous de l'arthrite ou des tendinites connues ?

**Conseil :**

A08 NutriPrescription

+

H330 NutriPrescription

+

Harpagogel Dermadvanced

\***Reco :**

Huile harpagophytum AroVitae

CalD3 NutriPrescription

Hy08 NutriPrescription



# ARTICULATIONS



## Favoriser la mobilité et le confort articulaire

**Extraits végétaux :** Curcuma, Cassis Feuille et Reine des Prés

**Chondroïtine**

**Glucosamine**

Maintien de l'ossature et des tissus conjonctifs normaux.  
Favorise la souplesse des articulations et aide à limiter les gênes.

1 gélule matin et soir pendant le repas



## 100% d'actifs naturels

### ACTIFS :

**Harpagophytum** : préserve les articulations

**Menthol** : effet « glaçon » apaisant

**HE Eucalyptus** : tonique et rafraîchissante

**HE Girofle** : stimulant général

**HE lavandin** : antidouleur musculo-articulaire

**HE romarin** : apaisant et relaxant

### ACTIONS :

Anti-inflammatoire naturel

Réconfort musculaire

Réconfort articulaire

### CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer en massages légers sur la zone ciblée jusqu'à pénétration. A renouveler 3 fois/semaine maximum. Se laver les mains après application.

# ARTICULATIONS – CONSEIL AROMA

- Voie locale

Gaulthérie couchée +/- Eucalyptus citronné

Dans **huile végétale de Calophylle** (fluidifiante sanguine)

ou **huile végétale d'Arnica** (pas sur peau lésée !)

Sinon : **huile de Macadamia / huile d'Amande douce**

En mélange à 20-30 %

3-4 gouttes du mélange 3 fois/jour

En massage sur les articulations douloureuses

Gaulthérie :

/!\ CI → enfants de moins de 7 ans, patients sous traitement anticoagulant (AVK), allergiques aux salicylés

Gaulthérie et eucalyptus citronné : anti-inflammatoires et antalgiques

# DOULEURS MUSCULAIRES

**Demande client :** J'ai des douleurs musculaires/articulaires, j'ai des crampes

**Questions pharmacien :** Depuis quand ? Pratiquez-vous une activité physique ? Êtes-vous tombé malade ? A quand remonte votre dernière cure de magnésium ?

**Conseil :**

Ccm03 NutriPrescription

+

Mg200 NutriPrescription

+

HE lavande fine AroVitae

\***Reco :**

Huile harpagophytum AroVitae

Harpagogel Dermadvanced



# DOULEURS MUSCULAIRES



## Anti-inflammatoire et antioxydant naturel

**Curcuma** : contribue au confort articulaire

**Lécithine de Soja et pipérine (poivrier noir)** : boostent la disponibilité des curcuminoïdes dans l'organisme.

2 gélules/jour au cours des repas



## Le magnésium sans inconvenient digestif

**Gycérophosphate de magnésium** : très bien toléré

Fournit à l'organisme le magnésium nécessaire pour la **vitalité** et les **muscles**.

Limite aussi le stress, l'irritabilité et la fatigue.

1 à 2 gélules/jour au cours du repas

# DOULEURS MUSCULAIRES – CONSEIL AROMA

- Voie locale

Gaulthérie couchée + Basilic exotique

Dans **huile végétale de Calophylle** (fluidifiante sanguine)

ou **huile végétale d'Arnica** (pas sur peau lésée !)

Sinon : **huile de Macadamia / huile d'Amande douce**

En mélange à 30% en curatif

En mélange à 5% en préparation

3-4 gouttes du mélange 3 fois/jour

En massage sur la zone douloureuse

Gaulthérie : /!\ CI → enfants de moins de 7 ans, patients sous traitement anticoagulant (AVK), allergiques aux salicylés

Basilic exotique : /!\ CI → enfants de moins de 7 ans, femmes enceintes et allaitantes

Alternative à l'HE de gaulthérie : HE lavandin ou HE gingembre

# STRESS SAISONNIER

Demande client : Je suis fatigué, je n'ai pas le moral... / stress

Questions pharmacien : Depuis quand ? Y-a-t-il eu un événement en particulier ? Qu'en est-il de votre sommeil ? A quand remonte votre dernière cure de magnésium ?



Conseil :

## Stress/sommeil

S07 NutriPrescription

+

HE ylang-ylang AroVitae

## Stress/relaxation

Shtp05 NutriPrescription

+

Mg240 NutriPrescription

+

HE lavande fine AroVitae

\*Reco :

Complexe sommeil AroVitae, Me2mg Nutri, Mg200

Nutri, HE orange douce Arovitae, Tm02 Nutri

Pour les enfants : NutriKids sommeil & nervosité

\*Reco :

Privilégier Mg200 à Mg240 en cas de troubles digestifs

HE lavande fine AroVitae, Shtp05 Nutri

# STRESS SAISONNIER



## Pour un sommeil serein

**Griffonia, magnésium marin, houblon :**  
3 actifs essentiels qui agissent synergie pour lutter contre le stress et les difficultés d'endormissement.

- Favorise la **sérénité au coucher**
- Facilite l'**endormissement**
- Contribue à un **sommeil réparateur**

2 gélules le soir, 30 minutes avant le coucher

# STRESS/SOMMEIL – CONSEIL AROMA

- Insomnie d'endormissement

Lavande vraie +/- Camomille romaine +/- Petit grain bigaradier

- Réveils nocturnes

Petit grain bigaradier +/- Camomille romaine +/- Lavande vraie

- Cauchemars et terreurs nocturnes

Camomille romaine + Mandarine rouge

1 goutte de chaque sur un mouchoir à mettre sous l'oreiller

Ou en massage sur plexus solaire ou sur plante des pieds dans un mélange à 10-20% dans une **huile végétale d'amande douce ou de macadamia**

/!\ Pour l'enfant de moins de 7 ans : à distance du lit, sur mouchoir ou galet ; massage uniquement sur plante des pieds et mélange à 3% au maximum

# STRESS/RELAXATION – CONSEIL AROMA

*Etats d'excitation nerveuse passagère suite à des stimulations extérieures négatives vécues péniblement*

- Face interne des poignets

Lavande vraie + camomille romaine

Quelques gouttes de chaque dès que l'état d'agitation est présent puis inspirer

Maximum 5 fois/jour

- Voie inhalée

Lavande vraie + camomille romaine

Dans un inhalateur de poche, dès que l'état d'agitation est présent

Maximum 5 fois/jour

Lavande : calmant, sédatif, antidouleur

Camomille : calmant, rééquilibrant nerveux

# ALLERGIES

**Demande client** : J'éternue, j'ai le nez qui coule, mes yeux sont rouges et larmoyants...

**Réponse pharmacien** : Je vous conseille des produits naturels pour apaiser les crises d'allergie, et une eau micellaire à l'eau de bleuet pour décongestionner et dégonfler les yeux

**Conseil :**



Alerj05 NutriPrescription

+

Eau micellaire VitaeCosmetics

# ALLERGIES



## 100% d'origine naturelle Réactions saisonnières

**Plantain, Quercétine et HE d'Estragon** : apaise le déséquilibre de l'organisme au contact des allergènes.

**Curcuma** : contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

**Magnésium** : essentiel à cette formule.

2 comprimés/jour  
le matin et le midi  
durant le repas



Toutes peaux,  
même les plus sensibles

### ACTIFS :

#### **Eau de bleuet bio**

propriétés calmantes, apaise et dégonfle les yeux fatigués

#### **Lavande bio**

vertus assainissantes

#### **Aloe vera bio**

vertus hydratantes et adoucissantes

### ACTIONS :

Apaise, démaquille, nettoie et tonifie

### CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer sur l'ensemble du visage & yeux à l'aide d'un coton.



# RHINITE ALLERGIQUE – CONSEIL AROMA

*Réaction à un allergène : éternuement, nez coule clair, conjonctivite*

- Voie orale

Estragon + Eucalyptus globulus

1 goutte de chaque sur un **comprimé neutre**

3 fois/jour pendant 5 jours

- Voie locale

Estragon + Eucalyptus globulus

Mélange à 10-20 % dans **huile végétale de macadamia**

3-4 gouttes du mélange 3 fois/jour en massage sur plexus solaire ou sur poignets

Estragon : antiallergique. /!\ CI → enfants de moins de 7 ans, femmes enceintes et allaitantes, traitement courte durée 7 jours

Eucalyptus globulus : expectorant, fluidifiant, décongestionnant. /!\ CI → enfants de moins de 7 ans, asthmatiques et épileptiques

# FEMMES ENCEINTES

**Demande client :** Je cherche des vitamines pour femmes enceintes, j'aimerais prévenir les vergetures

**Réponse pharmacien :** Je vous conseille d'allier hydratation et nutrition. Pour cela, je vous conseille une huile pour nourrir la peau et une crème pour l'hydrater. Je vous suggère aussi un complément alimentaire naturel pour femme enceinte

**Conseil :**

Bb15 de NutriPrescription

+

Crème réparatrice Dermadvanced

+

Huile d'amande douce AroVitae

Conseiller systématiquement  
Bb15 de NutriPrescription pour  
femmes en retour de couches ou  
allaitantes



# FEMMES ENCEINTES



## Pré-ovulation, grossesse, allaitement

**Omega 3** : aide à prévenir de l'accouchement prématuré, assure un meilleur développement neurologique et comportemental du nourrisson

**Acide folique** : contribue au renouvellement cellulaire et développement du fœtus

**Vitamine C** : contribue à un métabolisme énergétique normal et aide à l'absorption du fer

2 gélules/jour



## Pour les vergetures

### ACTIFS :

**Acide hyaluronique** : hydratant et repulpant  
**Centella Asiatica** : stimule la production de collagène

**Beurre de Karité** : apaise et calme, facilite la cicatrisation

**Vitamine E** : antioxydant

**Tépezcohuite** : cicatrisant et régénérant cutané

**Squalane** : propriétés réparatrices

### ACTIONS :

Multi-réparatrice, favorise la cicatrisation, restaure le confort cutané.

### CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer en massant aussi souvent que nécessaire sur la zone cutanée destinée à être protégée ou réparée.

# FEMMES ENCEINTES



Pour les vergetures  
Peaux sèches à très sèches  
Peaux fragiles et délicates

## PROPRIETES :

- Adoucissante
- Nourrissante et fortifiante : active la réparation de la peau
- Apaisante
- Cicatrisante

## CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer sur le corps en mouvements circulaires.

# PRODUITS BEBE

**Demande client :** Je cherche des produits naturels pour mon bébé

**Réponse pharmacien :** Je vous conseille une gamme de produits d'hygiène bébé aux formulations épurées et aux actifs naturels  
Le + de la gamme : fragrance naturelle de fleur d'oranger.

**Conseil :**

Soin lavant surgras BébéSmart

+

Liniment BébéSmart

+

Crème cica-réparatrice BébéSmart

\*Reco :

Toute la gamme BébéSmart  
**Probi05 Bébés et enfants de NutriPrescription (coliques)**



# PRODUITS BEBE

0%  
Savon, M.I.T., parabène,  
silicone, phénoxyéthanol



## CORPS & CHEVEUX

Peaux fragiles, sensibles et sèches

### ACTIFS :

**Aloe vera bio** : calme, hydrate, adoucit

**Glycérine végétale** : apaise, hydrate

### ACTIONS :

Particulièrement conseillé pour les bébés ayant des rougeurs et des irritations. Nettoie en douceur sans dessécher la peau et les cheveux délicats de bébé.

### CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer sur peau et cheveux humides. Faire mousser en massant délicatement et rincer abondamment. Sécher bébé sans frotter, en insistant sur les plis cutanés.



## VISAGE, CORPS & SIEGE

### ACTIFS :

**Cuivre-zinc** : régénérant, antiseptique

**Huile de Calendula** : cicatrisant, apaisant, anti-inflammatoire

**Beurre de karité** : nourrissant, cicatrisant, protecteur

*Sans parfum*

### ACTIONS :

Pour le soin des irritations et des rougeurs localisées. Protège, adoucit, répare.

### CONSEILS D'UTILISATION :

Appliquer deux à trois fois par jour sur les zones irritées propres et sèches.