



la manne

l'épicerie santé

COOPÉRATIVE



cooplamanne.com

194, rue Notre-Dame Est  
Victoriaville, Qc  
819.758.1211

Prix SPÉCIAUX en vigueur du  
1er au 31 MAI 2026  
ou jusqu'à épuisement  
de la marchandise.

**ACHETEZ**  
sur notre site WEB  
**cooplamanne.com**

630\$

RÉG. 899\$

Saucisses seitan

Gusta  
italiana  
350g



Végétal

Voir variétés en magasin

930\$

RÉG. 1179\$

Huile avocat

Chosen Foods  
vaporisateur  
134g



Parfait pour l'air fryer

Voir variétés en magasin

770\$

RÉG. 1099\$

Tortellini

Pietro's  
fromage  
300g



Sans gluten

Au congélateur en magasin

Mélange focaccia

Maison Orphée | 500g



720\$

RÉG. 999\$

Voir variétés  
en magasin

480\$

RÉG. 599\$

Levure  
alimentaire

Moulin Abénakis  
125g



NOUVELLE SAVEUR disponible

Ail et Parmesan | Grillée | Original

220\$

RÉG. 279\$

Bâtonnet

Mighty Protein  
poulet  
32g



12g protéines | 0g sucre | 110 calories

Original | BBQ | Buffalo

1340\$

RÉG. 1599\$

Mélange Médaille d'Or

Huile olive

O-live & Co.  
extra vierge  
500ml



Voir variétés en magasin

270\$

RÉG. 399\$

Barre protéinée

Clif Builders  
choco beurre arachides  
68g



Collation protéinée

Voir variétés en magasin

**790\$**  
REG. 8<sup>99</sup>

**Basilic en pot**



**LA FERME**  
des possibles

**129\$**  
LIVRE  
REG. 1<sup>49</sup>

**Chou vert**



Pizza, pesto

Salade, soupe, tarte au chou

**CATÉGORIE VRAC**  
REMISE CARTE Freebees  
Certaines conditions s'appliquent.



**10%** LUNDI FOUVRAC 11 MAI

**7\$**  
REG. 8<sup>99</sup>



**Saucissons tranchés**  
Viandes bio de Charlevoix  
Pieux | Charlo  
100g

Apéro | Lunch

Biologique

**960\$**  
REG. 12<sup>99</sup>

**Beurre**  
Nut's to you  
amande  
365g



Crèmeux | Croquant | Cru

Voir variétés en magasin

**690\$**  
REG. 7<sup>99</sup>

**Feuilles**  
Ocean's Halo  
riz  
120g



Sushi | Wrap | Rouleau printemps

Voir variétés en magasin

**6\$**  
REG. 7<sup>99</sup>

**Serviettes hygiéniques**  
Joni  
régulier | 12 unités



Sans produits chimiques, chlore et parfum

Voir la gamme en magasin

Efficace sur les textiles et les surfaces dures.

**849\$**  
TX  
REG. 9<sup>99</sup>

**Élimine odeur**  
O'Nature  
lavande  
250ml



Voir variétés en magasin

**370\$**  
REG. 4<sup>99</sup>

**Nettoyant**  
Biovert  
vires  
715ml



Sans ammoniac

Voir variétés en magasin

**370\$**  
TX  
REG. 4<sup>99</sup>

**Croustilles**  
Kettle  
sel & poivre  
198g



Collation | Pause | Lunch

Voir variétés en magasin

**410\$**  
TX  
REG. 5<sup>99</sup>

**Croustilles**  
Simply Protein  
Tortilla Fiesta Taco  
130g



Collation protéinée

Voir variétés en magasin

**1850\$**  
TX  
REG. 25<sup>99</sup>

**Pastilles**  
eco-max  
lave-vaisselle  
50 sachets



Sans parfum

Voir variétés en magasin

**RABAIS DE 9%**  
120 gél.  
**23,99\$**  
Rég. 32<sup>99</sup>



**WOW!**

### Oméga 3 quotidien

Un essentiel pour votre santé globale : des oméga 3 de haute qualité issus de poissons sauvages pêchés durablement. Une seule gélule par jour suffit pour soutenir votre bien-être, simplement et efficacement.

**GENUINE HEALTH**

### Hydne Hérisson

Contribue à soutenir la santé du cerveau, la clarté mentale et la mémoire. Favorise également pour renforcer le système immunitaire.

120 caps  
**26,99\$**  
Rég. 31<sup>99</sup>



### Land Art

### Ultimate Mind

Aide à améliorer la mémoire, la concentration, la clarté mentale, les performances intellectuelles et les capacités d'apprentissage, tout en soutenant l'équilibre mental.

60 caps  
**26,49\$**  
Rég. 30<sup>99</sup>



### Circuvein

- Soutient la santé veineuse.
- Soulage jambes lourdes et gonflements.



60caps  
**29,99\$**  
Rég. 33<sup>99</sup>

### Florasil

- Favorise la santé de la peau, des ongles et des cheveux.
- Soutient le collagène et atténue les signes du vieillissement.



10caps  
**27,19\$**  
Rég. 30<sup>99</sup>

### Adrenergy

- Soulagement des symptômes de stress.
- Maintient les fonctions cognitives (concentration et vigueur intellectuelle).

10 caps  
**33,29\$**  
Rég. 36<sup>99</sup>



**Alterra**  
Herbasanté

### Hemoraid

- Atténue les symptômes des hémorroïdes.
- Efficacité éprouvée cliniquement.



### Gut & Mood

- Aide à soutenir un équilibre de l'humeur sain chez les femmes prémenstruelles et périménopausées.
- Aide à soutenir la santé gastro-intestinale.

30 caps  
**38,69\$**  
Rég. 42<sup>99</sup>



### Prostate 1

Prévient et traite les symptômes de HBP de la prostate tels que le **besoin urgent et fréquent d'uriner**, la baisse de libido, fonctions érectile et éjaculatoire.

30 comp.  
**32,99\$**  
Rég. 38<sup>99</sup>



**A.Vogel**

### MenoForce

- Réduit les bouffées de chaleur et les sueurs nocturnes.
- Soulage les symptômes de stress et de fatigue.

30 comp.  
**23,99\$**  
Rég. 28<sup>99</sup>



### Superaliments Tout compris

- Légumes, fruits, herbes, champignons 100% biologiques.
- Sans sucre, sans colorants, arômes ou édulcorants artificiels.
- Délicieux, sans goût d'herbe.
- Végétalien, paléo, cétó.
- Facile à mélanger.

**YOU NITED**

292g  
**58,99\$**  
Rég. 64<sup>99</sup>



Thé glacé à la framboise  
Menthe fraîche aux agrumes

## Magnésium

Source de glycinate pur. Sans oxyde. Meilleure absorption, jusqu'à 5 fois supérieure. Doux pour l'estomac.

180 caps  
**31,99\$**  
TX  
Rég. 31<sup>m</sup>  
RABAIS DE 85



NutriPur

## Lutéine

Aide à maintenir une vision saine et contre les effets de la dégénérescence maculaire et de la cataracte.

60 caps  
**32,49\$**  
TX  
Rég. 40<sup>m</sup>  
RABAIS DE 85



# goodprotein®

Bien plus qu'une simple PROTEÏNE

440g  
**33,99\$**  
TX  
Rég. 37<sup>m</sup>



# WHOLE EARTH & SEA

60 caps  
**29,99\$**  
TX  
Rég. 32<sup>m</sup>



## Probiotiques

Aliments entiers fermentés  
Formule à large spectre fournit 10 milliards de cultures vivantes à partir de 10 souches de bactéries bénéfiques, ainsi qu'un mélange prébiotique fermenté composé d'aliments entiers biologiques sans OGM.  
Favorise une santé intestinale optimale.



### Secouez-le.

Dans un mélangeur ou une bouteille shaker, ajoutez 1 mesure à 350-500 ml d'eau froide ou de boisson végétale.

### Mélangez-le.

Avec vos ingrédients préférés pour smoothie.

### Cuisez-le.

Ajoutez aux ingrédients secs, lors de la cuisson pour une gourmandise riche en protéines.

Libération lente pour des bienfaits durables

60 caps  
**26,99\$**  
TX  
Rég. 31<sup>m</sup>

Formule unique à libération lente

RIEN que des vitamines B

Contient des formes biologiquement actives de vitamines B



## Diglycinate de Magnésium

- Extra doux pour l'estomac.
- Soutient + de 300 réactions enzymatiques, telles que la fonction musculaire.

60 caps  
**16,19\$**  
TX  
Rég. 18<sup>m</sup>



New Roots HERBAL

## Clarté Mag

- Fournit du L-thréonate de magnésium pour une assimilation améliorée.
- Contribue au métabolisme énergétique et à l'équilibre électrolytique.

90 caps  
**49,89\$**  
TX  
Rég. 54<sup>m</sup>



# MOUSSEUR GRATUIT

à l'achat de l'un de ces produits  
**Collagène Corps entier™**  
(poudres)

\*Chocolat,  
vanille salée,  
non aromatisé,  
orange, grenade



À PARTIR  
**5749\$**  
TX

**OREILLERS et SACS CHAUFFANTS**  
remplis d'écales de  
sarrasin biologiques,  
sans pesticides,  
ni produits chimiques



**neka**



Le CHOIX d'un bien-être sain,  
écoco-responsable -  
pour vous et toute la famille.



À PARTIR  
**2179\$**  
TX

Dr. Hauschka

SABAS  
**10%**  
TX  
SOIN VISAGE



Crème corporelle **nite Zen**

Riche mélange de chlorure  
de magnésium pur, de  
mélatonine et d'huiles  
essentielles calmantes.  
Hydrate profondément la peau,  
la laissant douce et souple au réveil.

119g  
**1699\$**  
TX  
Rég. 22<sup>00</sup>



**now**

Huile d'amande douce

Facilement absorbée et  
n'obstrue pas les pores, elle  
favorise une peau douce,  
éclatante et d'apparence saine.  
Nourri et ravive tout type de peau.

475ml  
**1599\$**  
TX  
Rég. 21<sup>00</sup>



# Nouveautés

Latté matcha...

SABAS  
**10%**  
TX  
TOUTE LA GAMME

FRAISE



VANILLE

TOUTE LA GAMME



Argile de  
Manicouagan  
Québec

SABAS  
**10%**  
TX  
TOUTE LA GAMME

PEAU SAINE, ÉCLATANTE ET ÉQUILIBRÉE  
HYDRATE • PURIFIE • REVITALISE • APAISE

# Vente de plants biologiques

---

|                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| <b>Vendredi 15 mai</b> | <b>15h30 à 21h</b> |
| <b>Samedi 16 mai</b>   | <b>9h à 17h</b>    |
| <b>Dimanche 17 mai</b> | <b>10h à 17h</b>   |
| <b>Lundi 18 mai</b>    | <b>10h à 17h</b>   |

Consultez notre site web pour  
connaître la liste des plants  
disponibles lors de la vente.



 Coopérative La Manne

 LA  
FERME  
des possibles



NATUKU  
MINERALS

NATUKU  
ALS

## ARGILE de MANICOUAGAN

À l'origine de nos produits, la boue de Manicouagan. Source unique de minéraux, formés naturellement grâce à des conditions climatiques exceptionnelles.

### 5 Rituels Natuku

Soin NATUREL aux vertus insoupçonnées dont nous révélons la puissance à travers une gamme de produits modernes.

### PURE - Nettoyage de renouveau

Au printemps, la peau a besoin de respirer à nouveau. PURE Argile de Manicouagan rééquilibre les impuretés accumulées durant l'hiver, sans déséquilibrer la peau - tout en restant douce.

Le teint paraît plus frais, plus clair, comme réveillé après les mois froids.

- À utiliser matin et soir pour retrouver une peau nette et lumineuse.



### DÉTOX - Masque coup d'éclat de saison

Après l'hiver, la peau peut sembler plus terne, comme ralentie. DÉTOX aide à libérer les impuretés, lisser le grain de peau et raviver l'éclat naturel du visage. Un véritable souffle de fraîcheur pour une peau plus lumineuse et revitalisée.

- 1 à 2 fois par semaine pour un effet peau neuve.



### HYDRA - Hydratation légère et équilibrante

Avec le retour des températures plus douces, la peau cherche un nouvel équilibre. HYDRA hydrate en profondeur tout en laissant la peau respirer, pour un confort léger, sans sensation de lourdeur. La peau retrouve souplesse, douceur et éclat naturel.

- Idéal comme soin de jour ou comme base hydratante équilibrante.



### VITAL - Boost quotidien capillaire

Le cuir chevelu sort souvent de l'hiver déséquilibré : racines plus grasses, longueurs plus sèches.

VITAL rafraîchit, hydrate et redonne de la légèreté aux cheveux, tout en aidant à rééquilibrer la fibre capillaire.

Les cheveux sont plus souples, plus doux, naturellement revitalisés.

- À vaporiser le matin pour des cheveux frais et pleins de vie.



### DERMASTICK - Soins nomade multi-usage

Le printemps apporte du vent, du soleil et parfois des zones sensibilisées. DERMASTICK apaise, protège et répare instantanément les zones fragilisées.

Un indispensable à garder sur soi pour accompagner tous vos déplacements.

- À appliquer sur les lèvres, les mains ou les petites irritations du quotidien.



### FORCE - Nettoyage équilibrant du cuir chevelu

Le printemps est le moment idéal pour repartir à zéro. FORCE nettoie en profondeur sans agresser, élimine les impuretés accumulées et aide le cuir chevelu à retrouver son équilibre naturel. Les cheveux sont plus légers, plus frais, comme libérés des résidus de l'hiver.

- Idéal pour retrouver des cheveux souples, propres et pleins de vitalité.



### ABSORB - Réflexe fraîcheur

Avec le retour de l'activité et des températures plus chaudes, l'humidité réapparaît.

ABSORB absorbe l'excès de sébum et d'humidité, aide à garder une sensation de fraîcheur durable et limite les inconforts liés à la transpiration.

Un geste simple pour rester au sec, naturellement.

- Idéal pour le cuir chevelu, les pieds ou les zones humides.



CENTRE de  
santé GLOBALE



# la manne

MASSOTHÉRAPEUTE

Véronique RICHER



Prendre un rendez-vous



Massothérapeute depuis peu, elle exerce son métier avec passion, douceur et un profond engagement envers le bien-être global. Elle propose des soins personnalisés visant à relâcher les tensions musculaires, **apaiser le système nerveux et réduire le stress**, afin de favoriser un retour à un état de détente profonde et d'équilibre.

À travers le massage suédois, elle accompagne chaque personne avec **écoute, respect et sensibilité**, en s'adaptant aux besoins et au rythme de chacun. Son objectif est simple : offrir une véritable pause de calme dans le quotidien, un espace sécurisant où le corps peut se relâcher et l'esprit s'apaiser. Les séances se déroulent dans une ambiance chaleureuse, douce et propice au lâcher-prise.

Curieuse et motivée, elle demeure ouverte à l'apprentissage de nouvelles techniques et au perfectionnement continu de ses compétences, afin d'offrir des soins toujours plus complets et adaptés. Cette évolution constante lui permet de proposer une approche authentique, actuelle et centrée sur la qualité du toucher.

#### Voici ses différentes formations :

- **Massothérapeute** Membre de l'Association des Massothérapeutes du Québec
- **Madérothérapie\* | Massage suédois | Massage enfant**

\*Madérothérapie : Technique de massothérapie pratiquée à l'aide de divers outils de bois spécialement conçus pour relaxer en profondeur, améliorer la circulation sanguine et lymphatique, atténuer l'apparence de la cellulite et tonifier la peau. Elle procure un effet détoxifiant tout en stimulant la régénération de la peau. Un soin à la fois efficace et apaisant.

#### Bienfaits:

- Réduction cellulite et de la peau d'orange, raffermissement de la peau;
- Soulagement douleurs musculaires et amélioration de la tonicité musculaire;
- Amélioration circulation sanguine et lymphatique, draine les toxines;
- Stimule la production de collagène pour une peau plus souple et plus jeune; et
- Réduit le stress et apporte une profonde relaxation.