



cooplamanne.com

194, rue Notre-Dame Est
Victoriaville, Qc
819.758.1211

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

ACHETEZ
sur notre site WEB
cooplamanne.com

720\$

RÉG. 80%

Gruau-frigo
Yumi
pêches
5x50g



Déjeuner prêt en 2 minutes



Voir variétés en magasin

390\$

RÉG. 50%

Lait coco
Cha's
biologique
400ml



Potages | Curry



Voir variétés en magasin

760\$

RÉG. 90%

Jus variés
Voelkel
biologiques
700ml



Fruits | Légumes

Voir variétés en magasin

720\$

RÉG. 70%

Sauce
Bioitalia
marinara
660ml



Boulettes | Pâtes

Biologique

Voir variétés en magasin

549\$

RÉG. 60%

Cuisse poulet
sans dos
Viandes bio
de Charlevoix



Poitrine | Bouillon

Biologique

Poids variés

580\$

RÉG. 70%

Farine sarrasin
Moissonneries du pays
grise biologique
1kg



Galettes | Crêpes



Voir variétés en magasin

5\$

RÉG. 60%

Beurre sésame
Nut's to you
tahini
250g



Sans sel, sucre, ni huile hydrogénée



Voir variétés en magasin

Huile canola vierge bio
Maison Orphée
750ml



13\$

RÉG. 15%

Voir variétés
en magasin

Promo et nouveautés

Fruits & Légumes

REJOIGNEZ-NOUS



550\$

REG. 699\$

Confiture

Crofter's
fraise | biologique
235ml



Pains grillés | Crème glacée



Voir variétés en magasin

CATÉGORIE VRAC

REMISE CARTE Freebees
Certaines conditions s'appliquent.



10%

LUNDI
FOUVRAC
12 OCTOBRE

1620\$

REG. 1899\$

Farine

Bob's Red Mill
d'amandes
453g



Biscuits | Gâteaux

Sans gluten

Paléo, céro et sans céréales

620\$

REG. 799\$

Sauce

Mac'n Cheeze
Le Grand
227g



Fauxmage

Sans produits laitiers



Voir variétés en magasin

650\$

REG. 899\$

Jus

canneberge
FruitOr
946ml



Sans sucre ajouté | 100% fruit



Voir variétés en magasin

540\$

REG. 699\$

Pain blé

Silver Hills
tendre germé
680g



5g fibres | 7g protéines



Voir variétés en magasin

1790\$

REG. 2399\$

Édulcorant

Lakanto
classique
800g



Substitut sucre blanc | Sans calorie

Voir variétés en magasin

750\$

REG. 999\$

Pain

The Grain Escape
blanc
528g



Sans grains



Voir variétés en magasin

390\$

REG. 499\$

Croustilles

Kettle
sel marin
198g



Collation | Lunch



Voir variétés en magasin

780\$

REG. 899\$

Cheddar doux

L'Ancêtre
200g



Collation | Lunch

Biologique



Voir variétés en magasin

340\$

REG. 399\$

Eau érable

Maple 3
hydratation
biologique | 500ml



Hydratation | Pétillante | Original



Voir variétés en magasin

RABAIS 15% TX



• Shampoing
• Revitalisant
• Gel douche

Sili-Mer GS

Principalement la silice se retrouve dans la peau, le cartilage, les tendons, les os et les artères. Brillance accrue de la chevelure.

Alterra
Herbasanté

Adrenergy

- Soulagement des symptômes du stress.
- Maintenir les fonctions cognitives (concentration et vigueur intellectuelle).

500ml
4079\$ TX
Rég. 47⁰⁰

10 caps
3659\$ TX
Rég. 42⁰⁰



Hepatol

Formule naturelle pour un soulagement rapide et efficace de la dyspepsie. Contient des herbes médicinales qui facilitent la digestion tout en stimulant la sécrétion et l'écoulement de la bile.

NutriPur

FluxOBile

Détox biologique
Programme hépatique qui nettoie et protège le foie. Facile à prendre une seule fois par jour.

60 caps
2299\$ TX
Rég. 28⁰⁰

10 amp.
2469\$ TX
Rég. 30⁰⁰

Aussi disponible format 120 caps

Aussi disponible format 20 ampoules



Fer+ liquide

- Contribue à la formation des globules rouges et de l'hémoglobine.
- Aide à réduire la fatigue et l'épuisement.

FLORA

Enzymes Entretien quotidien

- Favorise une digestion efficace des protéines, glucides et lipides.
- Pour un confort digestif au quotidien.

240ml
2069\$ TX
Rég. 22⁰⁰

120 caps
2669\$ TX
Rég. 28⁰⁰



Calme mental

- Favorise temporairement la relaxation.
- Ne provoque pas de somnolence.
- Délicieux comprimés à croquer.

natural Factors

Gaba 100% naturel

- Contribue à un esprit calme et détendu.
- Favorise la concentration.
- Améliore la qualité du sommeil.
- Agit en 5 à 30 minutes.

60 comp.
2399\$ TX
Rég. 28⁰⁰

60 comp.
2599\$ TX
Rég. 31⁰⁰



KARIDERM

Crème hydratante
protectrice nourrit et adoucit la peau du visage et du cou en un clin d'oeil.

Légère et onctueuse, elle hydrate et laisse la peau souple et soyeuse.

60ml
3149\$ TX
Rég. 36⁰⁰

RABAIS SUR TOUTE LA GAMME



**Vos alliés pour
un système
immunitaire
en santé !**

**CLEF DES
CHAMPS**



À PARTIR
14,89\$
TX
SUR PRODUITS SÉLECTIONNÉS

60ml et 100ml



- Soutien **quotidien** de l'intestin et du système immunitaire.
- **11 Milliards - 11 souches**
- Formule pour toute la famille (6 ans et +)

NewRoots
HERBAL

Acidophilus Ultra
Probiotiques

Rabais sur toute
la gamme
probiotiques



30 ceps
19,69\$
TX
Rég. 22^{me}



Huile d'origan

- Soulage l'indigestion, les coliques et autres troubles digestifs.
- Soulage les symptômes liés aux infections des voies respiratoires supérieures, tels que la congestion, l'écoulement nasal, la toux, les maux de gorge et les maux de tête.

Disponible en capsules et
10, 15 et 30ml



À PARTIR
13,99\$
TX



À PARTIR
17,99\$
TX
Rég. 20^{me}

Gamme Hommes

Apporte confiance,
vigueur et endurance
à chaque étape de
votre vie grâce à
nos formules naturelles
haut de gamme.

Conçu scientifiquement
pour les hommes.

prairienaturals
VIVRE EN BONNE SANTÉ



+ HYDRATE
Hydrate les peaux sensibles pendant 24h

+ APAISE
Apporte du confort et apaise immédiatement et durablement la peau

250ml
1339\$
Rég. 14^{me}

RABAIS sur toute la GAMME



SANTEVIA®

Pichet filtrant MINA

Élimine plus de 90 contaminants tels que le chlore, le fluorure et le plomb.

Crée un goût onctueux que vous adorerez

Pour une hydratation rapide et pratique.

Capacité : 2L ou 9 tasses.

• Noir
• Blanc

PICHET 5399\$
Rég. 59^{me}

RABAIS sur produits sélectionnés



SURO

COMBAT
les symptômes de la grippe et du rhume.

A PAIR
1699\$
Rég. 14^{me}

RABAIS sur toute la GAMME

PRODUIT BIOLOGIQUE FAIT AU QUÉBEC



COLLAGÈNE multi-protéines
Limonade Fraise

250g
4499\$
Rég. 49^{me}

Le goût rafraîchissant, l'efficacité en plus.

- 5 types de collagène
- Fortifie cheveux, peau et ongles.
- Soulage les douleurs articulaires et l'arthrose.



Calcium - Magnésium

- Aide le développement et le maintien des os et des dents.
- Aide à maintenir une fonction musculaire saine.

SPÉCIAL Duo
Format 500 + 250ml
5999\$
Rég. 14^{me}

RABAIS 20\$

Floradix ou Floravit

- Fer liquide.
- Nutrimet essentiel pour l'apport d'oxygène à chaque cellule du corps.



Groupe Santé

Huile de ricin

Naturellement riche en acide ricinoléique et en vitamine E naturelle ce qui lui confère ses propriétés anti-inflammatoires.

Utilisée en cosmétique, pour la santé des cheveux et du cuir chevelu, en massage et en cataplasme.

Huile de ricin biologique
PALMA CHRISTI et
Huile de ricin PURE
Palma Christi

RABAIS 20%
Rég. 14^{me}

Disponible 120, 240, 500 et 960ml

Ne partez pas en voyage sans votre trousse d'aromathérapie

Un voyage peut être ponctué d'imprévus : troubles digestifs ou respiratoires, piqûres d'insectes, coups de soleil, petites blessures, douleurs musculaires, stress, décalage horaire, troubles du sommeil.

Une trousse aromatique bien préparée, associée à de bonnes mesures d'hygiène et de prévention, permet de mieux gérer certains inforts et de profiter pleinement de son séjour, tel qu'il avait été planifié.

Venez découvrir des idées et solutions, afin d'apporter un soutien pratique lors des situations courantes rencontrées en voyage.



CONFÉRENCE PRÉSENTÉE
PAR MICHEL TURBIDE

DATE 22 OCTOBRE
HEURE 18h30
LIEU Salle à manger
du resto
DURÉE 1h30
COÛT Gratuit

INSCRIPTION
cooplamanne.com/evenements

La perte de cheveux n'est plus une fatalité !

Conseils pratiques pour tous à chaque étape de vie.

- La perte de cheveux est une préoccupation majeure, tant pour les hommes que pour les femmes. Explorons ensemble comment y remédier selon le sexe.
- Nous explorerons les causes sous-jacentes : l'aspect hormonal, la nutrition, l'assimilation des nutriments et l'inflammation.
- Découvrons les liens entre la perte des cheveux, la peau et le métabolisme dans les changements hormonaux.



CONFÉRENCE PRÉSENTÉE
PAR CYNTHIA MAILHOT

**natural
Factors**

DATE 5 NOVEMBRE
HEURE 19h
LIEU Salle à manger
du resto
DURÉE 1h
COÛT Gratuit

INSCRIPTION
cooplamanne.com/evenements



CHAI ÉPICÉ

- 125ml de chai épicé concentré
- 125ml jus de pomme frais
- 2 à 3 c/soupe de lait ou boisson végétale au choix
- 1 à 2 c/thé sauce caramel
- 1 pincée de sel
- Garniture facultative : crème fouettée, filet de caramel, cannelle en poudre

PRÉPARATION

1. Dans une petite casserole, mélangez le concentré de chai épicé, le jus de pomme, la sauce caramel et une pincée de sel.
2. Faites chauffer doucement à feu doux jusqu'à ce que le mélange soit chaud et parfumé.
3. Ajoutez le lait ou la boisson végétale et faites chauffer jusqu'à ce qu'il soit chaud, sans le faire bouillir.
4. Versez dans une tasse.
5. Garnissez de crème fouettée si vous le souhaitez et d'une légère pincée de cannelle.

DÈS le 9 OCTOBRE
en magasin

Aussi disponible

- Épicé
Thé noir, épices exotiques
- Dirty
Café-thé noir, cacao, épices
- Doré
Curcuma, gingembre, miel



Vitamine D3 : essentielle pour l'hiver québécois

L'importance de la vitamine D3

La vitamine D3 (cholécalciférol) soutient le système immunitaire, maintient la santé des os et des dents, favorise l'énergie et la vitalité, contribue à l'équilibre hormonal et peut même influencer positivement l'humeur et le bien-être mental. Un apport suffisant aide à mieux résister aux infections, à limiter la fatigue et à traverser l'hiver plus sereinement.

Pourquoi l'hiver québécois réduit notre production naturelle

En effet, d'octobre à avril, le soleil au Québec n'est pas assez haut pour que les rayons UVB nécessaires à la production de vitamine D traversent l'atmosphère efficacement. Même lorsqu'on sort à l'extérieur régulièrement, la peau ne peut pas synthétiser la vitamine D en quantité suffisante. Ainsi, le corps ne peut pas se procurer cette vitamine de manière naturelle pendant plusieurs mois.

Qui devrait particulièrement porter attention à sa vitamine D ?

- Les personnes actives ou sportives;
- Les personnes vivant un hiver long et peu ensoleillé (donc... pratiquement tous les Québécois);
- Celles qui ressentent fatigue, baisse d'énergie ou moral, souvent malades ou sujettes aux infections hivernales.

Les différentes formes de vitamine D3 et leurs particularités

Comprimés

Pratiques et faciles à doser, ils se conservent longtemps et conviennent à ceux qui cherchent une solution simple et solide.

Gélules

Souvent enrichies en huile ou en extrait liquide, les gélules sont généralement mieux absorbées et conviennent à ceux qui veulent une absorption optimale.

Liquides

Idéals pour les enfants, les personnes âgées ou toute personne ayant des difficultés à avaler des comprimés ou gélules.

Chaque forme permet donc d'adapter la supplémentation aux besoins et préférences individuels, tout en assurant une absorption efficace de cette vitamine essentielle.

En résumé

La vitamine D3 est l'un des suppléments les plus importants pour soutenir la santé pendant l'hiver québécois. Finalement, lorsque le soleil est absent, la bonne forme et le bon dosage peut faire une grande différence pour maintenir l'énergie, l'humeur et le bien-être général.

RABAIS

30%

e, maintient la santé
l'équilibre hormonal
ne ment
e et



1000UI
- 15ml

1000UI
- 90 gélules ou comprimés
- 180 gélules ou comprimés
- 360 gélules
- 500 gélules

longtemps et

gélules sont
ent une absorption
- 90 gélules

te pendant l'hiver
nt aussi le dosage
- 500 gélules
esoins et préférence
vitamine essentielle.



Coop La Manne

194, rue Notre-Dame E., Victoriaville

cooplamanne.com

