



Златната формула

Избелваща паста за зъби с добавено
24-каратово злато



Ton Progykm

~~12.40 €~~

10.90 €

tuje szkliwo



111100000009

Sinulan® дишай спокойно!



-6% на цялата марка

ЕСКИМО-3

ЕСТЕСТВЕННО РИБЕНО МАСЛО С **ОМЕГА 3** и **ВИТАМИН Д**

Произведено
в Швеция



-6% на цялата марка



**ПОДПОМАГА
СЪРДЕЧНАТА ДЕЙНОСТ**



**ПОДПОМАГА
МОЗЪЧНАТА ДЕЙНОСТ**



**СПОМАГАТ ДЕТСКИЯ РАСТЕЖ
ЗАСИЛВАТ ИМУННАТА СИСТЕМА**



ДИФОРТАН

50 g гел, етофенамат



~~10.99 €~~

9.99 €

За лечение на мускулни и ставни болки
ТРОЙНО ДЕЙСТВИЕ
• Облекчава болката
• Намалява отока
• Повлиява възпалението
Единственият гел на българския пазар
с 10% ЕТОФЕНАМАТ

Дифортан е лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни. Съдържа етофенамат. Преди употреба прочетете листовката. A-0102/23.05.2026 г.

ОТРИВИН

спрей за нос 0.1%, 10 ml



~~5.82 €~~

5.59 €

Отпушва носа до 2 мин.
Действа до 12 часа!

Отривин 0,1% спрей за нос, разтвор е лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и юноши над 12 години. Съдържа ксилометазолинов хидрохлорид. Преди употреба прочетете листовката. A-0110/06.04.2026 PM-BG-OTRI-26-00004

ПАНАДОЛ ОПТИЗОРБ

24 таблетки, 500 mg



~~2.62 €~~

2.49 €

Оригиналният парацетамол с технологията OPTIZORB
По-бързо действие* срещу болка и висока температура
• Лесно преглъщане
• Не гразни стомаха

Лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 6 г. Съдържа парацетамол. Преди употреба прочетете листовката. A0131/07.05.2025 PM-BG-PAN-25-00009
*В сравнение със стандартна таблетка парацетамол.

ИМОДИУМ ИНСТАНТ

6 диспергиращи таблетки



~~4.77 €~~

4.59 €

Не мисли повече за диарията
• Действа до 1 час, още след 1-вата доза
• Мигновено се разтваря върху езика, без прием на вода

Лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 6 години. Съдържа лоперамид хидрохлорид. Преди употреба прочетете листовката. A0070/21.03.2023

ЦЕТЕБЕ ТРОЙНА ЗАЩИТА

60 капсули



~~22.99 €~~

20.69 €

• Тройна защита за имунната система
• Комбинация от витамин С с удебено освобождаване, витамин D и цинк
• Подкрепя имунитета чрез различни и допълващи се механизми

Хранителна добавка.
Не замества разнообразното хранене.

ЕКЗОДЕРИЛ МАКСИ

лечебен лак за нокти 5%, 2.5 ml



~~24.03 €~~

21.69 €

• При гъбички по ноктите
• При симптоми като пожълтяване, удебеляване, чупене на ноктия, характерни за гъбична инфекция
• Само веднъж седмично
• Съвместим с цветен лак

Лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни. Съдържа аморфно хидрохлорид. Преди употреба прочетете листовката. A0086/03.05.2022

ПРОФИЛАКТ ПРОТЕКТ

30 капсули



~~16.00 €~~

14.59 €

Профилант Протект с уникална и балансирана комбинация от пробиотици с:
• 10 млрд. жизнеспособни полезни бактерии
• 9 пробиотични щама
• 30 капсули достатъчни за 30 дни.

Хранителна добавка.
Не замества разнообразното хранене.

ИБУПРОМ СПРИНТ МАКС

10 капсули, 400 mg



~~6.39 €~~

5.59 €

Главоболите просто няма шанс!
2х по-бързо действие срещу болката*
ИБУПРОМ СПРИНТ МАКС побеждава силното главоболите с МАКС бързина и сила!
*Спрямо обикновена таблетка ибупрофен

Лекарствен продукт без рецепта за лица над 12 г. Съдържа ибупрофен. Преди употреба прочетете листовката. A-0030/22.01.2026 г.

МАРСИАНЦИ GUMMY

с черен бърз, 60 желирани таблетки



~~20.99 €~~

18.99 €

• Комплекс от подбрани витамини и минерали за детско здраве, жизнестойност и имунитет - С, D3, Е и цинк
• Подкрепя здравето на дихателната система и имунитета
• Прекрасен вкус и желиран формат, обичан от децата.

Хранителна добавка.
Не замества разнообразното хранене.

ДЖУНИЪР АНГИН

24 таблетки за смучене



~~9.50 €~~

7.99 €

Шампионът при болно гърло на децата!*

*IQVIA, SEPT 24, MAT, ICI1 SORE THROAT CHC NON REG

Таблетки за деца над 4-годишна възраст. Медицинско изделие. Преди употреба прочетете инструкциите.

ТЕРАЗАЛ ОРАЛ ПОРТОКАЛ

18 таблетки за смучене



~~7.65 €~~

6.15 €

Портокал - съдържа стевия
Комбинация от растителни екстракти и витамини
• За нормална функция на имунната система в устната кухина
• Действа благоприятно върху гласните връзки
• Улеснява преглъщането

Хранителна добавка с подсладител

ПАРЕНИТ ЕКСПРЕС

шампоан против въшки, 200 ml



~~19.40 €~~

17.49 €

• 100% ефективен за 5 мин. с едно нанасяне
• Предпазва от повторно заразяване до 72 часа
• Третира и двете – въшки и гниди
• Може да се използва от бременни и кърмещи
Без инсектициди.

БОНИТА

ПАСТИЛИ ЗА ГЪРЛО С ИСЛАНДСКИ ЛИШЕЙ

- При пресипнал глас и сухота в устата
- Грижа за здравето на гърлото



Хранителна добавка | Без добавена захар

-35% на цялата марка



АКО ВИТАМИНИ
ТЪРСИШ ТИ,
ПЪРВО
**natural
Factors**
ПРОВЕРИ!

-15% на избрани продукти



ВСИЧКИ ВИТАМИНИ НА ЕДНО МЯСТО!



-20% на цялата марка

МЕСЕЦ НА

МАРКАТА

➤ БОЛКА?
PARABOL®
МАКС



ПАРАБОЛ®
МАКС
400 mg мекки капсули
Ибупрофен
➤ главоболие ➤ менструална болка
➤ зъбобол ➤ висока температура

ТЕЧЕН ИБУПРОФЕН

x2 за 2 пъти по-бързо облекчение*

8 до 8 часа действие

без оцветители

Лекарствен продукт без лекарско предписание. За възрастни и деца над 12г. Съдържа ибупрофен. Преди употреба прочетете листовката. A-0160/12.06.2023

ВИСОКОКАЧЕСТВЕНИ ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ, ПРОИЗВЕДЕНИ В САЩ

SWANSON™

**Пълен спектър
САО ПАЛМЕТО**

Подпомага здравето на простатата и нормалната функция на отделителната система.

Поддържа хормоналния баланс и сексуалната функция.

Допринася за намаляване на косопадата и насърчава растежа на по-гъста и здрава коса.




ОПА. СЛУЧВА СЕ.

FERSTA®
БЪРЗА ПОМОЩ - НА МИГА.

Кръвоспиращ спрей, 60 ml

Спрей течен пластир, 60 m



Японско здраве и красота
- летни пакетни цени -

Пакет
ХИАЛУРОН C Jelly + ПЛАЦЕНТА C Jelly

Втората опаковка - 50%



Японски премиум beauty ритуал
- в една оферта -



ROSES
active **COLLAGEN**
За кожа като порцелан

- ✓ по-гладка
- ✓ по-сияйна
- ✓ по-хидратирана
- ✓ по-свежа



Биохакинг за кожата
Биомиметичните пептиди в Active Collagen анти-ейдж серум стимулират производството на колаген, подпомагат възстановяването на структурата и помагат за намаляване на бръчките.

COLLAGEN формула
Подсилва съединителната тъкан, стимулира естественото производство на колаген и помага за стягане и изглаждане на кожата.



VITEN LAB

VITENLAB не е просто бизнес начинание, а лична мисия!

маг.-фарм. Виктор Тенев

МУЛТИВИТАМИНИ И МИНЕРАЛИ + Коензим Q10
60 ВЕГАН КАПСУЛИ

МАГНЕЗИЕВ БИСГЛИЦИНАТ ХЕЛАТ
60 ВЕГАН КАПСУЛИ

НАУКА доказани съставки

КАЧЕСТВО високи стандарти

ДОВЕРИЕ грижа за здравето

www.vitenlab.com

Хигиената на съня означава създаване на здравословни навици за сън и почивка. При спазване на добра хигиена на съня човек се чувства добре – по-енергичен и по-здрав. Това може значително да промени качеството на живот на всеки от нас.

Сънят е естествено състояние, наблюдаващо се в цялото животинско царство. Характеризира се с редуващи се промени в съзнанието, относително инхибиране на сензорната активност и на почти всички волевите мускули. Отличава се от будността с намалена способност за реакция на стимули, но е значително по-бързо обратим от хибернацията (зимен сън) и комата.

По време на сън повечето системи в тялото са в повишено анаболно състояние с акцент върху растежа, възстановяването на имунната система, нервната система, костите, мускулите.

Това обяснява изключително важната роля на съня за здравето и развитието на всеки организъм.

Добра хигиена на съня

За запазване на биологичния (циркадният) ритъм е важно спазването на добра хигиена на съня. Това означава сънят да е с достатъчна продължителност за съответната възраст, да протича в точно определено време от денонощието и да е дълбок и спокоен.

■ Кога е най-добре да спим?

Изследванията показват, че най-пълноценният сън е през тъмната половина на денонощието, или между девет вечерта и шест сутринта. През останалото време сънят е непълноценен и води до нарушаване на биологичните ритми.

Хигиената на съня означава създаване на здравословни навици за сън и почивка

При човека правилото за нощния сън често се нарушава поради различни религиозни вярвания, поради естеството на работата или поради лични предпочитания и начин на живот.

Редовното недоспиване през нощта може да отклони или да влоши редица нарушения на съня като дисомнии (безсъние, хиперсомния – прекомерна сънливост през деня, сънна апнея и разстройства на циркадния ритъм), както и парасомнии (сомнамбулизъм – „ходене на сън“, неволни потрепвания по време на сън, говорене на сън и кошмари).

■ Брой часове, необходими за сън

Според повечето експерти броят на часовете, необходими за сън на денонощие, варира най-вече в зависимост от възрастта:

- новородени (0-2 месеца) - 12-18 часа
- бебета (3-11 месеца) - 14-15 часа
- ранна детска възраст (1-3 години) - 12-14 часа
- предучилищна възраст (3-5 години) - 12-13 часа
- училищна възраст (5-10 години) - 10-11 часа
- за тийнейджъри (11-17 години) - 8-9 часа
- за възрастни - 7-9 часа.

В действителност необходимото количество сън трудно може да се определи, тъй като нуждите от сън за всеки от нас са строго индивидуални. Те се влияят от пола, начина на живот, професията, физическата активност, работния график и нивото на



Хигиена на съня

стрес, здравословното състояние, телесното тегло, факторите на средата и дори околната температура.

Всеки знае, че на възрастен човек е необходим седемчасов сън, за да се чувства енергичен и работоспособен. Реално обаче някои хора имат нужда от цели девет часа, за да се възстановят напълно и да бъдат продуктивни, здрави и щастливи.

Въпреки че изследванията не могат да определят съвсем точно от колко сън се нуждае всеки, те поне могат да ни насочат. На базата на тези примерни часове всеки сам може да „изследва“ точно от колко часа сън има нужда - необходимо е само да проследи кога се чувства най-отпочинал и работоспособен.

Интересно е заключението на някои специалисти (въз основа на изследване на различни физиологични промени по време на сън), че прекомерната продължителност на съня - повече от девет часа на денонощие за възрастен - също е свързана с увеличена заболяемост. Тези случаи обаче са доста по-редки и обикновено се дължат на някакво заболяване.

Лоша хигиена на съня

Лоша хигиена на съня означава ограничаване на количеството сън, намалено качество на съня (често събуждане, неспокоен сън) или лишаване от нощен сън. Най-честата и първа проява на лошата хигиена на съня е сънливост през деня. Тя се проявява веднага след събуждане и може да продължи през целия ден или да се усеща в определени часове (на обяд, в ранния следобед, навечер), както и да настъпи внезапно.

■ Последици от лошата хигиена на съня

Освен че понижава работоспособността, тази сънливост може да доведе до опасни и животозастрашаващи ситуации, например при работа с машини или шофиране.

Недостигът на сън влошава способността за анализ на информацията, забавя реакциите, затруднява концентрацията, намалява бдителността.

Наблюдава се и нарушаване на способността за запаметяване и то не само на информация, а дори и на събитията от деня („консолидиране“ на спомени в съзнанието).

Системното лишаване от сън води до намаляване на либидото и интереса към секса.

Например при мъже, които не спят достатъчно, се установява спад в синтеза на тестостерон.

Лишените от сън хора са особено податливи на лоша преценка поради нарушената способност за правилно тълкуване на събитията.

Популярният израз „сън за красотата“ има своето научно обяснение. При недостиг на сън повечето хора придобиват жълтеникав оттенък на кожата и подпухнали очи. С течение на времето кожата губи своята еластичност, появяват се фини бръчици, които с времето стават все по-дълбоки, и тъмни кръгове под очите.

Освен това, когато не получава достатъчно сън, организъмът освобождава големи количества кортизол - хормона на стреса. Това води до нарушаване на синтеза на колаген - протеин, който поддържа кожата гладка и еластична.

Липсата на сън също кара тялото да отделя твърде малко човешки растежен хормон. При младия организъм той стимулира растежа, а с напредване на възрастта спомага за повишаване на мускулната маса, регенерацията на кожата и укрепване на костите.

Най-опасните последици обаче са за здравето. Така например кратката продължителност на съня е свързана с:

- увеличаване на индекса на телесната маса
- риск от диабет и сърдечни проблеми
- косопад
- виене на свят
- констипация (запек)
- повишен риск за психични разстройства, включително депресия
- срив на имунитета
- риск от прекомерна употреба на алкохол и злоупотребата с наркотични вещества
- болки в мускулите, главоболие
- развитие на фалшива памет
- халюцинации
- тремор на ръцете
- физическо неразположение
- ечемик на окото
- повишено кръвно налягане или рязко спадане на кръвното налягане
- раздразнителност
- нистагъм (бързи неволеви ритмични движения на очите)
- припадъци
- изблици на раздразнение при деца
- мании, психоза.

За да се предпазите от тези и други състояния и заболявания, трябва да превърнете съня в свой приоритет и важна част от „списъка ви със задачи“ за деня.

Съвети за изграждане на добра хигиена на съня

При проблеми със заспиването е добре да спазвате следните мерки за качествен и спокоен сън:

- избягвайте кофеина, алкохола и никотина след 13:00 часа
- ограничете интензивни тренировки в часовете непосредствено преди лягане
- намаляйте стреса, доколкото това е възможно.

Оставете проблемите извън спалнята, за да се насладите на спокоен сън, а той ще ви зареди с необходимата енергия, за да се справите със задачите на следващия ден.

Не мислете за работата, докато сте в леглото, а и като цяло след приключване на работния ден. Ако имате



Най-честата и първа проява на лошата хигиена на съня е сънливост през деня

нерешени задачи, оставете ги за следващия ден.

■ Влезте в ритъм

Поддържането на редовен график на лягане и пробуждане е най-добрият начин да се осигури спокоен сън. Най-добре е това да става в периода от 21:00-22:30 часа вечерта до 06:00-07:30 часа сутринта. Придържайте се към тези часове дори и в почивните дни. Това помага за регулиране на биологичния часовник, по-лесното заспиване и поддържането на пълноценен сън.

■ Правете релаксиращ ритуал преди лягане

Това може да бъде слушане на нежна и отпускателна музика, четене на книга, извършване на лек масаж на ходилата, втриване на ухапен лосион в кожата. За препоръчване е и

приглушаване на светлината. Забравете за електронните устройства - светлината, излъчвана от екраните им, активира мозъка и предразполага към бодърстване.

■ Осигурете си пълна тишина

Изолирайте се от шумове и силни звуци, които могат да предизвикат силна превъзбуда или безпокойство, което значително ще наруши спокойствието ви и ще затрудни заспиването. Затваряйте прозорците, използвайте плътни завеси, устройства за „бял“ шум, овлажнители, вентилатори или дори тапи за уши.

■ Избягвайте дрямката

Дрямката, особено в следобедните часове, може да затрудни заспиването вечерта и да ви лиши от здравословната доза сън. Затова я избягвайте или подгответе в по-ранните часове през деня.

■ Погрижете се за температурата

Температурата в спалнята е от голямо значение за пълноценния сън. Препоръчително е тя да бъде по-ниска - около 18-20 градуса по Целзий.

■ Спете на удобен матрак и възглавници

Неудобният матрак и твърдите възглавници могат значително да нарушат съня ви, както и да предизвикат болки в гърба, кръста или врата. За да си осигурите комфорт и здрав сън, се снабдете с удобен матрак. Ако нямате възможност за такъв разход, си купете топ матрак или дунапрена постелка.

■ Хранене

За да не нарушите пълноценния си сън, не преяждайте на вечеря. Изберете нещо топло, леко и лесносмилаемо. Забравете за пикантните храни вечер и приключете с храненето поне 2-3 часа преди да си легнете.

■ Упражнявайте се

Енергичните физически упражнения носят приятна умора, която спомага за по-лесно заспиване и по-пълноценна почивка. По възможност се упражнявайте по всяко време на деня, но не и за сметка на съня си.

Ако и след спазването на тези съвети, все още имате проблеми с продължителността и качеството на съня, както и със заспиването, не се колебайте да се консултирате с вашия лекар, който да потърси причината. ■

Оставете проблемите извън спалнята, за да се насладите на спокоен сън



Пъпешът е един от най-вкусните летни плодове. Има различни сортове, предлагащи и разнообразие от вкусове, но полезните качества и свойства се обединяват в едно.

Пъпешът е богат на витамини. Например съдържанието на витамин С в него е по-голямо, отколкото това в портокалите. Освен това, в меката част на плода има много витамини А, В1 и В2, РР, калий, натрий, калций, желязо.

Пъпешът е богат на витамини

Пъпешът спомага за понижаване на кръвното налягане. Съдържащият се в него калий помага за контрола на кръвното налягане.

Пъпешът е отлично пречистващо средство за организма. Ензимите в плода подпомагат нормалната работа на стомашно-чревния тракт. Притежава диуретични и антиотоксични свойства, препоръчва се на хора със заболявания на черния дроб и при камъни в бъбреците и пикочния мехур.

Хранителните вещества в пъпеша се грижат и за здравето на костите, особени заслуги за това имат фолатът, медта, витамин К и магнезият.

Използва се също като средство за подсилване на имунитета и повишаване на хемоглобина, благодарение на желязото, което се намира в пъпеша.

В кората на растението се съдържа хлорофил, който е необходим за нормалната работа на жлезите и кръвоносната система. Достатъчно е само да сложите измитата кора в сокоизтисквачка и да изпиеете полу-



Пъпеш – ползи и противопоказания

чения сок. За да си набавите още един полезен елемент - силиций - изяжте меката част плътно до кората.

В народната медицина препоръчват пъпеша при анемия и изтощение, полезен е при лечение на запек. Локално приложение намира при лечение на акне, също при борбата с луничките и пигментирани петна.

Може да подобрите зрението си, консумирайки пъпеш, той съдържа лутеин и зеаксантин. Тези каротиноидни съединения са добре известни, че поддържат здравето на очите.

Изключително многото полезни свойства се допълват от страхотни вкус и аромат. Сочни и благоуханни, пъпешите помагат и за отслабване.

Противопоказания

Хората, страдащи от диабет и язви не бива да прекаляват с консумацията на пъпеш. Да се сведе до минимум употребата на плода от кърмачки, не е подходящ и за бебета, защото може да се появят стомашни разстройства. Да не се приема в комбинация с млечни продукти и алкохолни напитки, защото са възможни проблеми със стомаха. ■

Сладкиш с мармалаг от сини сливи

Продукти:

- 2 яйца
- 1 чаена чаша захар
- 1 чаена чаша топла вода
- 5-6 супени лъжици мармалаг от сини сливи (или сладко)
- 2 и 1/2 чаени чаши брашно
- 1 чаена лъжичка сода за хляб
- 1/2 чаена чаша кокосово масло

Как се прави:

Разбийте добре в голяма купа с миксер или тел яйцата и захарта. При непрекъснато разбъркване добавяйте последователно топлата вода, мармалада, олиото и содата. Към тази сме прибавяйте малко по малко предварително пресияното през сито брашно, като разбивате отново с миксер. Изсипете сместа във форма за печене, леко намазана с кокосово масло (или друга мазнина по избор). Ако използвате силиконова форма за кекс, не е необходимо да я мажете с мазнина.



Изпечете сладкиша в предварително загрята до 180°C фурна за около 30-40 минути или до готовност. Проверете дали е готов с клечка за зъби – ако е суха, значи сладкишът е готов. Оставете го да изстине малко и поръсете с пудра захар по желание.

Нарежете сладкиша на парчета и сервирайте.

Приятно готвене и добър апетит!

ФРАМАР 02 ☎ Стара Загора

ул. „Свети Отец Паусий“ № 92
Денонощна аптека тел.: 0894 772043

ФРАМАР 05 ☎

кв. „Железник“, ул. „Младост“ № 25
тел.: 0894 771124

ФРАМАР 06 ☎

ул. „Свети Княз Борис“ № 110
тел.: 0893 376703

ФРАМАР 07 ☎

ул. „Свети Патриарх Евтимий“ № 81
тел.: 0894 771108

ФРАМАР 13 ☎

Дрогерия

ул. „Петър Парчевич“ № 16
тел.: 0895 571037

ФРАМАР 14 ☎

бул. „Цар Симеон Велики“ № 141
тел.: 0893 397770

ФРАМАР 15 ☎

ул. „Свети Отец Паусий“ № 187
тел.: 0893 610226

ФРАМАР 22 ☎

бул. „Цар Симеон Велики“ № 105А
тел.: 0893 405105

ФРАМАР 29 ☎

бул. „Цар Симеон Велики“ № 157
тел.: 0894 494410

ФРАМАР 32 ☎

ул. „Свети Отец Паусий“ № 50
тел.: 0894 494400

ФРАМАР 16

Пловдив

бул. „Христо Ботев“ № 85
тел.: 032/207380; 0893 376772

ФРАМАР 17

ул. „Васил Левски“ № 11
тел.: 0893 382911

ФРАМАР 21

ул. „Полковник Сава Муткуров“ № 89
тел.: 0894 771109

ФРАМАР 23

Денонощна аптека

ул. „Богомил“ № 84
тел.: 0893 422238

ФРАМАР 30

ул. „Васил Априлов“ № 76
тел.: 0893 611780

ФРАМАР 35

Дрогерия

ул. „Гладстон“ № 42
тел.: 0893 611450

ФРАМАР 40

ул. „Коматевско шосе“ № 33
тел.: 0893 312835

ФРАМАР 45

бул. „Никола Вапцаров“ № 80А
тел.: 0893 611774

ФРАМАР 36 ☎

Варна

ул. „Александър Рачински“ № 29
тел.: 0894 494402

ФРАМАР 37 ☎

ул. „Юрий Венелин“ № 28
тел.: 0895 571042

ФРАМАР 42 ☎

ул. „Селиолу“ № 11
тел.: 0893 376708

ФРАМАР 43 ☎

ул. „Никола Вапцаров“ № 4
тел.: 0890 163874

ФРАМАР 48 ☎

Дрогерия

бул. „Осми Приморски полк“ № 67-69
тел.: 0893 383040

ФРАМАР 49 ☎

ул. „Дружба“ 20, кв. „Левски“
тел.: 0890 163872

ФРАМАР 18

Бургас

ул. „Фердинандова“, № 32
тел.: 0893 520088

ФРАМАР 24

ж.к. „Лазур“, блок 77
тел.: 0893 388702

ФРАМАР 25

ж.к. „Изгрев“, блок 183
тел.: 056/521073; 0893 390028

ФРАМАР 33

ул. „Възраждане“ № 36
тел.: 0894 772051

ФРАМАР 34

ул. „Васил Левски“ № 13
тел.: 0892 213440

ФРАМАР 09 ☎

Сливен

ул. „Мур“ № 2
тел.: 0893 376771

ФРАМАР 12 ☎

бул. „Цар Освободител“ № 1Б
Сити Център тел.: 0893 611449

ФРАМАР 28 ☎

кв. „Българка“, блок 71
тел.: 0893 611775

ФРАМАР 39

Русе

бул. „Цар Освободител“ № 40
тел.: 0893 611773

ФРАМАР 46

ул. „Борисова“ № 52
тел.: 0894 678591

ФРАМАР 19

Габрово

ул. „Николаевска“ № 8Б
тел.: 0894 772032

ФРАМАР 20

бул. „Васил Априлов“ № 26
тел.: 0893 382910

ФРАМАР 50

София

Студентски зрад, ул. „Академик Борис Стефанов“ 33
тел.: 0893 376734

ФРАМАР 47

Велико Търново

бул. „България“ № 39
тел.: 0890 163871

ФРАМАР 01 ☎

Свиленград

ул. „Георги Кирков“ № 1Б
тел.: 0894 772041

ФРАМАР 11 ☎

Чирпан

бул. „Георги Димитров“ № 30
тел.: 0893 312833

ФРАМАР 04 ☎

Гълъбово

ул. „Тунджа“ № 2
тел.: 0418/62100; 0893 376769

За допълнителна информация и актуално работно време вижте на frammar.bg и в Google профилите на аптеките.





ЛЕТНИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

ВСЕКИ МЕСЕЦ

ИЗБРАНИ ПРОДУКТИ

• Заповядайте в нашия онлайн магазин •

• СПЕЦИАЛНИ ОНЛАЙН ПРОМОЦИИ •

frammar.bg

Последвайте frammar.bg във facebook



- Актуални здравни новини от България и света
- Полезна информация за здравето и за начина на живот
- Място за дискусии и възможност да научите какво мислят другите
- Общност от над 210 000 български потребители



frammar.bg

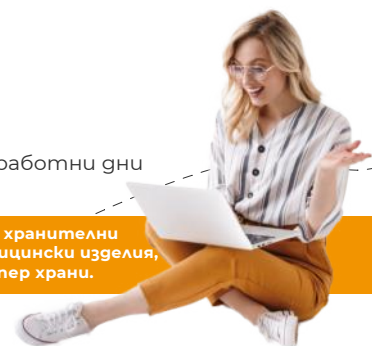


Сканирай и се присъедини!



- бързо и лесно
- в рамките на 10-25 работни дни
- до над 240 страни

Богато разнообразие от хранителни добавки, козметика, медицински изделия, билки, здравословни и супер храни.



МЕТОДИ ЗА РАЗПЛАЩАНЕ физически аптеки

- в брой
- по банка
- с кредитна/дебитна карта
- електронни ваучери
Pluxee, Edenred, Tomboi

Избрани аптеки работят с **Дженерали**
Застраховане АД и **НЗОК** - отпускане на лекарства.
Отбелязани са с и

Карта **Лоялен клиент** ви осигурява
преференциални цени и условия. Можете да я
получите от фармацевта в аптеката.

МЕТОДИ ЗА РАЗПЛАЩАНЕ онлайн аптека

- в брой
- по банка
- с кредитна/дебитна карта
- през ePay.bg
- на кредит от TBI
- електронни ваучери
Pluxee, Edenred, Tomboi

Регистрираните потребители във
www.frammar.bg могат да получат отстъпки
и персонализирани цени/предложения.

ЗАПАЗИ В АПТЕКА



Услугата **ЗАПАЗИ В АПТЕКА** е налична в
интернет сайта **www.frammar.bg** и е
отворена за достъп без изискване за
допълнителна регистрация.

През нея можете да проверите наличност и
да запазите лекарствени продукти по
лекарско предписание в най-близката до вас
аптека Фрамар.

Можете да посетите аптеката и да
вземете лекарствените продукти срещу
предоставяне на валидна рецепта.

Срок на резервацията - 24 часа.

frammar.bg
0875 322 000



Издава Фрамар ООД,
гр. Стара Загора, ул. „П. Парчевич“ 26.
За обратна връзка и участие в брошурата:
042/299 003, marketing@frammar.bg

Подробна информация за всеки един от продуктите в брошурата ще
намерите в електронната аптека.



Рекламната брошура представя информация и промоционални активности онлайн на **www.frammar.bg** и в аптеки Фрамар за периода 31 август - 13 септември 2026 г. Брошурата се издава на всеки две седмици и се разпространява безплатно. Изображенията на продуктите са илюстративни и не отговарят на действителните размери на опаковките. Издателят не носи отговорност за грешки в съдържанието и цветовото оформление. Използваните изображения в брошурата са предмет на авторско право и/или могат да бъдат генерирани или обработени с ИИ. Посочените цени са в евро, с включен ДДС и са валидни за посочения период или до изчерпване на наличностите. В случай на разлика при цените от настоящата брошура и цените в аптеките, за валидни приемаме последните. Не гарантираме наличност във всеки от обектите на аптеки Фрамар на всички предложения, включени в настоящата брошура. Наличната информация не заменя консултацията с лекар или фармацевт.

Еко торбички

Предлагаме практични еко торбички от нетъкан текстил за многократна употреба



Попитайте на касите



frammar.bg
0875 322 000

