

BIEN ETRE & santé

**Le n°1 des magazines
santé grand public***
**La seule marque média
BtoBtoC du marché**





BIENÊTRE & santé

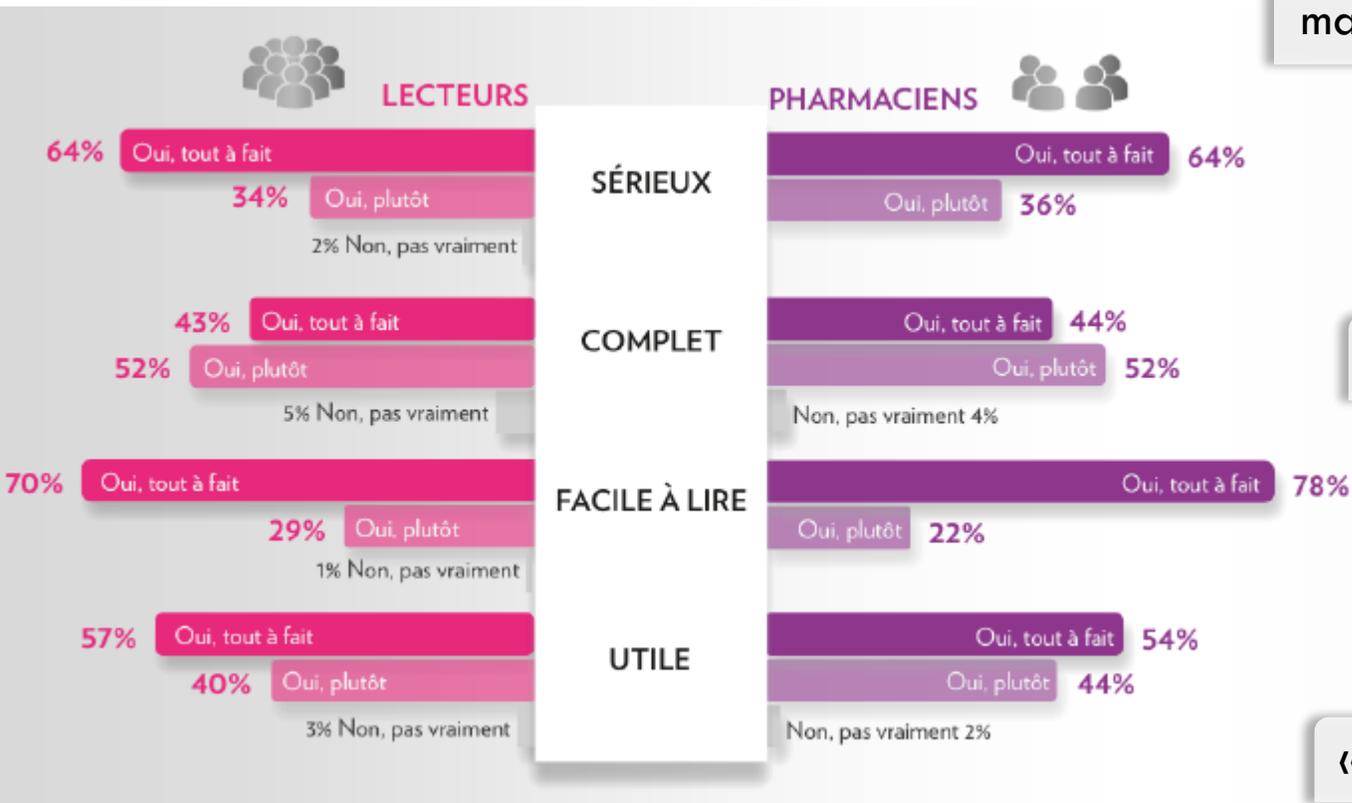
Au cœur des préoccupations santé

- Diffusé en pharmacie depuis 40 ans : vous touchez un lectorat captif sur des questions de santé et de bien-être
- Rédigé par des médecins, pharmaciens et experts : vous êtes assurés d'informations fiables et utiles au lectorat
- Immédiatement reconnaissable grâce à son "people" en Une, levier de prise en main spontanée en pharmacie



BIEN-ÊTRE & santé

Plébiscité par ses lecteurs ...
et les pharmaciens !



« Un magazine **plus complet** que les autres magazines santé »

« **Ciblé.** Un contenu adapté aux pharmacies »

« **Utile.** Il donne de nombreux conseils »

« **Scientifique.** Il se démarque par son aspect médical. »

« **Séduisant.** Très clair, agréable, facile à lire. »

BIEN-ETRE & santé

340 795
exemplaires

1^{er} MENSUEL GRAND-PUBLIC

diffusion ACPM 2021-V4

686 000
lecteurs

PUISSANT & AFFINITAIRE

audience ACPM 2021-V4

1
PHARMACIE
sur 4

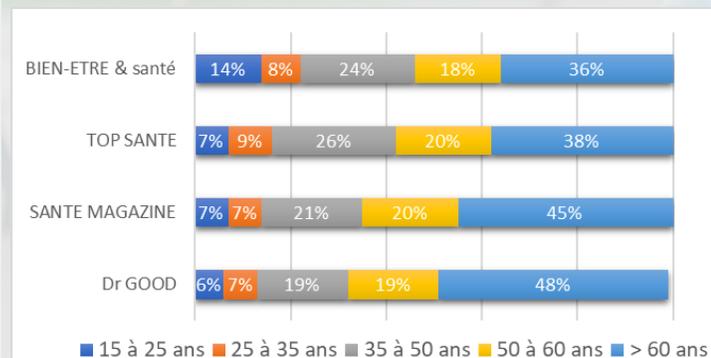
EST ABONNÉE à BIEN-ETRE & SANTÉ

72 %
de lectrices

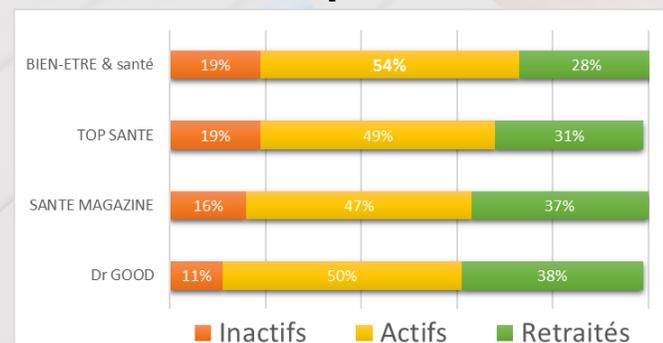
75 %
de foyers avec
enfant < 15 ans

91 %
responsable des
achats du foyer

Le lectorat le « plus jeune » des magazines santé



... et le plus actif





BIEN-ÊTRE & santé

Un contenu qui couvre tous les besoins de la famille



Santé

Prévention, enfant, au naturel, vécu, fiche santé

Bien-être

Forme, beauté, psycho, sexo

Dossier

Point complet sur une question de santé

Nouvelles rubriques 2022 !

Mon pharmacien prend soin de moi

Toutes les réponses aux questions santé par un pharmacien

De vous à moi

L'interview people

Ça m'intéresse

Brèves de santé

Nutrition

Nutriments, aliments, recette

Mots fléchés

Astroforme

BIEN ETRE & santé

- ✓ La plus grande diffusion des magazines santé
- ✓ Offert par notre pharmacien = gage de confiance
- ✓ Un lectorat captif, « jeune » et actif
- ✓ Un contenu qui couvre tous les besoins de la famille





	Dossier	Mon pharma	Santé	Nutrition	Beauté/Bien-être
<p>Février N° 388</p> <p><i>Date parution</i> 01/02/2022</p> <p><i>Remise technique</i> 13/01/2022</p>	<p>TROUBLES RESPIRATOIRES (asthme, BPCO, bronchite, bronchiolite, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les fuites urinaires ■ Les ballonnements ■ Le rhume ■ Quels sont les signes d'une carence en fer ? ■ Quels probiotiques en cas de constipation ? ■ Les soins lavants et l'hygiène intime ■ Les laits infantiles anti régurgitation 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Immunité ■ Traitement: Contraception masculine (vasectomie, slips chauffants, où en est la recherche sur la pilule ?) ■ Santé au naturel: Retrouver l'odorat grâce à l'aroma ■ À hauteur d'enfant: Amygdales / végétations, quand opérer ? ■ Vécu: COVID long 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les oligo éléments ■ Focus: An apple a day keeps the doctor away ■ Recettes: Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté: Les soins solides ■ Forme: Yoga restauratif ■ Thermalisme: Région Occitanie ■ Psycho: Lâcher prise ■ Sexo: Les raisons des variations
<p>Mars N° 389</p> <p><i>Date parution</i> 01/03/22</p> <p><i>Remise technique</i> 11/02/2022</p>	<p>THERMALISME</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Le syndrome de l'intestin irritable ■ Les chewing gums enrichis ■ La mycose des ongles de pieds ■ Soigner les blessures dues à un appareil dentaire ■ Les intérêts d'une détox ■ Atténuer les taches brunes sur le visage ■ Faire le plein de cuivre ? 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Détox ■ Traitement: Effet yoyo, mécanismes ■ Santé au naturel: CBD chanvre ■ À hauteur d'enfant: TDHA ■ Vécu: Le syndrome de chaotique Perte de cheveux / cancer 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Dépolluer son organisme (pesticides, métaux lourds, bisphéno...) ■ Focus: Cheveux et ongles fortifiés ■ Recettes: Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté: À chaque âge son anti-âge ■ Forme: Les pouvoirs de la respiration ■ Thermalisme: Région Nouvelle Aquitaine ■ Psycho: Se libérer de la charge mentale ■ Sexo: Sextoy, indispensable à tout âge ?
<p>Avril N° 390</p> <p><i>Date parution</i> 01/04/21</p> <p><i>Remise technique</i> 14/03/2022</p>	<p>UNE BOUCHE PARFAITE (dents, gencives, flore buccale, email)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Quels pansements pour les ampoules ? ■ Les hémorroïdes ■ Pourquoi les femmes ont de la cellulite et pas les hommes ? ■ Les allergies aux pollens ■ Qu'est-ce qu'une crise d'hyperventilation ? ■ Le CBD pour soulager les douleurs ■ Arrêter la cigarette électronique 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Le cholestérol ■ Traitement: La ménopause, des solutions naturelles ■ Santé au naturel: Top 5 des thés santé ■ À hauteur d'enfant: Vitiligo ■ Vécu: L'endométriose 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Le régime méditerranéen ■ Focus: Le régime dissocié, pour ou contre ? ■ Recettes: Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté: Les soins anti callosités / pieds rugueux ■ Forme: Squat, pour quels bienfaits, comment ? ■ Thermalisme: Montagne ■ Psycho: L'optimisme ça se travaille ■ Sexo: Muscler son périnée = muscler ses orgasmes ?

	Dossier	Mon pharma	Santé	Nutrition	Beauté/Bien-être
Mai N° 391 <i>Date parution</i> 02/05/2022 <i>Remise technique</i> 14/04/2022	PRENDRE SOIN DE SON FOIE (fonctionnement, maladies du foie)	<ul style="list-style-type: none"> ■ Quels soins pour une cicatrice qui disparaît ? ■ La dose de fluor dans les dentifrices ■ Comment prendre soin de la flore vaginale ? ■ Le soin de la peau à tendance atopique ■ Que sont les symbiotiques ? ■ Puis-je améliorer le microbiote intestinal de mon bébé ? ■ Les traitements des varices 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Brûler les graisses ■ Traitement : Libido en berne, raisons et solutions ■ Santé au naturel : Booster sa mémoire ■ À hauteur d'enfant : L'hygiène des oreilles ■ Vécu : Les acouphènes 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les besoins en calcium par âge : les différentes sources de calcium ■ Focus : Thon versus sardines versus harengs ■ Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté : Réduire la cellulite (crème en massage, appareil, cryolipolyse...) ■ Forme : Se muscler les bras ■ Thalasso / Thermalisme : Mini cures minceur ■ Psycho : Être hypersensible, atout ou handicap ? ■ Sexo : Comment préserver sa sexualité lorsqu'on est atteint d'un cancer ?
Juin N° 392 <i>Date parution</i> 01/06/2022 <i>Remise technique</i> 13/05/2022	MINCEUR	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les jambes lourdes ■ Les pieds secs ■ Les crèmes solaires : quelles sont les doses et fréquences recommandées ? ■ La cystite post rapports sexuels ■ Les mycoses ■ La dyshidrose (eczéma chaleur) ■ La diarrhée / turista 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les troubles hormonaux (ménopause, fibrome, libido...) ■ Dépistage : Les cancers de la peau, prévenir et traiter ■ Santé au naturel : Réguler sa transpiration par les plantes ■ À hauteur d'enfant : Les 5 gestes indispensables pour protéger les enfants du soleil. ■ Vécu : Le cancer de la peau 	<ul style="list-style-type: none"> ■ La chrononutrition ■ Focus : Qu'appelle-t-on les sucres cachés ? ■ Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté : Préparer sa peau au soleil ■ Forme : Vélo et VAE ■ Thalasso / Thermalisme : Mini cures relaxation & co ■ Psycho : Quand l'enfant quitte le nid, tristesse ou libération ? ■ Sexo : Le gel intime, soin & plaisir (pour les + jeunes aussi !)
Juillet- Août N° 393 <i>Date parution</i> 01/07/2022 <i>Remise technique</i> 13/06/2022	UNE BELLE PEAU (nutrition, compléments alimentaires, soins, combattre les ennemis : âge, pollution, soleil)	<ul style="list-style-type: none"> ■ La lucite ■ Éloigner les insectes (moustiques, tiques) ■ Le soleil & la peau mate / noire ■ Les nausées des transports ■ Gérer le décalage horaire ■ L'allergie à la piqûre de guêpe ■ La rétention d'eau 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les zoonoses ■ Traitement : Se préserver de la pollution (air) ■ Santé au naturel : Soigner les aphtes ■ À hauteur d'enfant : Les vertues ■ Vécu : La migraine 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Les glaces (industrielles ou faites maison) sorbets / glaces au yaourt ■ Focus : Les triptophanes ■ Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beauté : Les eaux thermales : armes fatales ■ Forme : ASMR ■ Thalasso / Thermalisme : Mini cures soins de la peau ■ Psycho : La nomophobie (dépendance extrême au téléphone portable) ■ Sexo : Les plantes qui boostent la libido



	Dossier	Mon pharma	Santé	Nutrition	Beauté/Bien-être
Septembre N°394 <i>Date parution</i> 01/09/2022 <i>Remise technique</i> 25/07/2022	ANXIÉTÉ, STRESS (charge mentale)	<ul style="list-style-type: none"> Les cheveux secs et abîmés, comment les réparer ? Les torticolis (parchs, gels, colliers) Les yeux secs Qu'est-ce qu'un médicament générique ? Lumbago : anti-douleur ou anti-inflammatoires ? Les changes pour bébé sont ils sûrs ? Faut-il nettoyer son colon ? 	<ul style="list-style-type: none"> Le sommeil Traitement : Les petites bêtes de la maison, punaises de lit, poux, puces, acariens Santé au naturel : Les anti poux À hauteur d'enfant : Les premières règles Vécu : La polypose nasale, inflammation des muqueuses (polypes) 	<ul style="list-style-type: none"> Les oléagineux Focus : Les bienfaits des alliances entre céréales & légumineuses Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> Beauté : Les eaux micellaires Forme : Porter des baskets tous les jours, bon ou mauvais ? Thermalisme : Région PACA Psycho : Reprendre le travail après un burn-out Sexo : L'anxiété, meilleure ennemie de la sexualité
Octobre N°395 <i>Date parution</i> 05/10/2022 <i>Remise technique</i> 14/09/2022	CANCERS FEMME	<ul style="list-style-type: none"> Vitamine D : quelle dose journalière / annuelle ? Retrouver de l'énergie : quelles plantes ? Spray nasal : tous les jours ou seulement en cas de rhume ? La toux sèche Les soins de supports cosmétiques La constipation passagère Les différences entre IRM et scanner ? 	<ul style="list-style-type: none"> La vitalité / l'énergie Traitement : Les maladies auto-immunes, quels fonctionnements ? + illustrations (diabète 1, SEP, PR) Santé au naturel : La propolis À hauteur d'enfant : L'acné Vécu : La chirurgie plastique 	<ul style="list-style-type: none"> Les différents types d'huile et leurs rôles Focus : Les oméga 3, 6, 9 et 7 Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> Beauté : Des yeux fatigués Forme : La reprise du sport post blessure Thermalisme : Région Grand Est Psycho : La dépression <i>post-partum</i>, mythe ou réalité ? Sexo : L'orgasme est-il forcément ditoridien ?
Novembre N°396 <i>Date parution</i> 02/11/2022 <i>Remise technique</i> 14/10/2022	RENFORCER L'IMMUNITÉ / RÔLE ET FONCTIONNEMENT DE L'IMMUNITÉ	<ul style="list-style-type: none"> Pourquoi faut-il cesser de fumer avant une opération chirurgicale ? À quoi servent les oligo éléments ? Ma peau est plus sèche avec le froid Dry january : utile même si on boit peu ? Une orthèse peut-elle soulager les douleurs de l'arthrose à la main ? Détox avant les fêtes Les fuites urinaires post grossesse 	<ul style="list-style-type: none"> Les problèmes de peau : psoriasis, eczéma et acné Dépistage : Contrôler sa tension Santé au naturel : Énergie & vitamines À hauteur d'enfant : La vaccination Vécu : La méningite 	<ul style="list-style-type: none"> Les légumes de l'hiver (courges, carottes, choux) et leurs bienfaits / importances de manger de saison Focus : Le magnésium Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> Beauté : Le peeling du visage Forme : Les bienfaits du cardiotraining Thermalisme : Région Bourgogne Franche Comté Psycho : Se séparer à tout âge Sexo : Slow sex, prendre son temps au lit
Décembre- Janvier N°397 <i>Date parution</i> 01/12/2022 <i>Remise technique</i> 14/11/2022	LES ARTICULATIONS	<ul style="list-style-type: none"> Les parchs décontractants, gélules ou gels ? Les correcteurs d'<i>hallux valgus</i> sont-ils efficaces ? Comment corriger un taux élevé de triglycérides ? Les différences entre kystes et ganglions À quoi sert un journal du sommeil ? Comment soulager les crampes nocturnes ? Les accessoires anti ronflement (dilatateur nasal, bandelettes nasales, positions sommeil, orthèses...) 	<ul style="list-style-type: none"> Dos haut ou TSM Traitement : Préserver son cœur Santé au naturel : La digestion À hauteur d'enfant : La drépanocytose = anémie falciforme (anomalie des globules rouges) Vécu : L'arthrose 	<ul style="list-style-type: none"> L'assiette arthrose Focus : Les modes de cuisson pour préserver les vitamines Recettes : Livre 	<ul style="list-style-type: none"> Beauté : Les huiles végétales Forme : Travailler ses muscles profonds Thermalisme : Région Rhône-Alpes Auvergne Psycho : Garder son calme en toute circonstance Sexo : Que faire quand le désir s'émousse ?





BIEN-ÊTRE & santé

C'est aussi

→ **Un site web** « prescrit par votre pharmacien » à une **patientèle captive** !

NOUVEAU SITE EN 2022 !

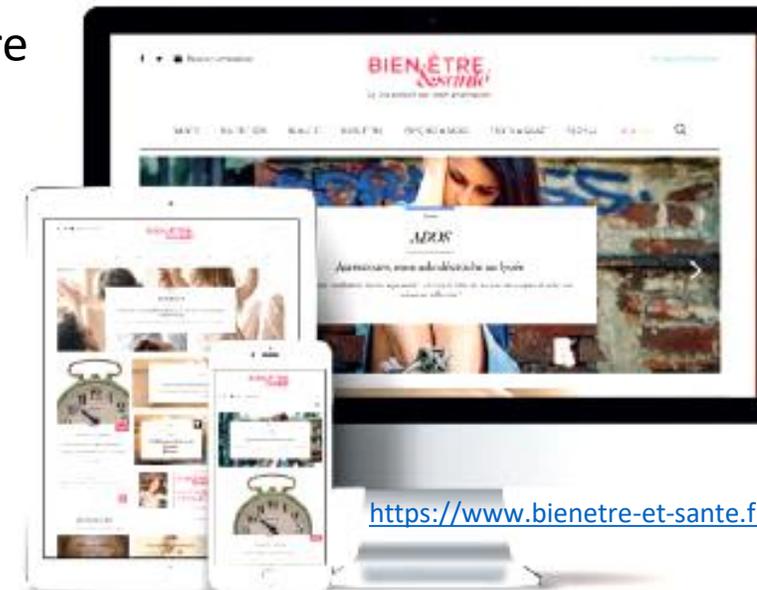


316 000
pages vues / mois

150 000
visiteurs uniques / mois

200 000
visites / mois

 21 255



<https://www.bienetre-et-sante.fr>

→ **BIEN-ÊTRE & santé ANIMAL**

Le bimestriel des propriétaires et amoureux des animaux

Bimestriel diffusé **exclusivement** en pharmacie

62 667 ex

Diffusion certifiée 

BIEN ETRE
& santé

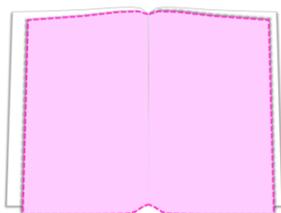
Tarifs publicité
2022



BIEN ÊTRE & santé

Les espaces publicitaires

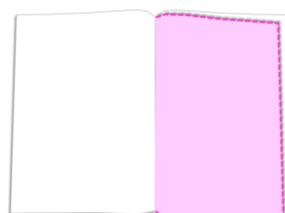
DOUBLE PAGE FACE/FACE



Au mieux : **40 200 €**

PP* : 382 x 280

PLEINE PAGE



4^{ème} de couverture : **28 500 €**

2^{ème} de couverture : **26 300 €**

1^{er} recto : **24 900 €**

3^{ème} de couverture : **24 300 €**

Face sommaire : **24 200 €**

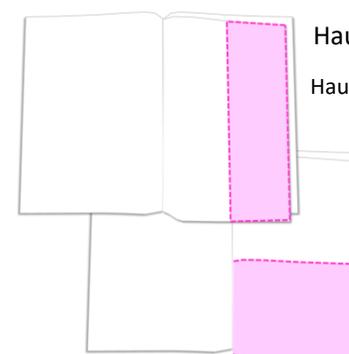
Contexte : **22 600 €**

Recto : **22 600 €**

Verso : **20 500 €**

PP* : 191 x 280

DEMI-PAGE

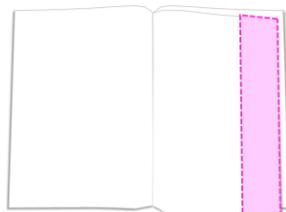


Hauteur ou largeur : **12 200 €**

Hauteur PP* : 82 x 261

Largeur PP* : 171 x 131

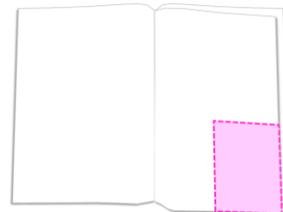
TIERS DE PAGE



Hauteur : **10 600 €**

PP* : 53 x 257

QUART DE PAGE



Pavé : **9 000 €**

PP* : 83 x 131

Tarifs HT brut sur lesquels s'appliquent nos conditions commerciales ([voir page 23](#))

Les formats sont exprimés Largeur x Hauteur en mm

*PP : Format Plein Papier : + 5mm de fond perdu, repères de coupe et hirondelles.

• Fichiers PDF HD certifié (aux normes SICOGIF PDF 1,3) Les fichiers ne doivent comporter aucun profil ICC.

• Fichiers InDesign (PDF/X-1A:2001)

• Livraison : 10 jours avant la parution

Éléments à adresser à : valerie.alcieri@1health.fr

Site & newsletter

FORMATS SITE

	Taille en px – L x H	Durée	PDV	Forfait brut
Bannière top ①	1 140 x 132	1 semaine	33 %	1 200 €
Bannière middle ②	1 140 x 132	1 semaine	33 %	1 000 €
Bannière footer ③	1 140 x 132	1 semaine	33 %	800 €
Bannières top + middle + footer en exclu	300 x 250	1 semaine	100 %	2 500 €

FORMATS NEWSLETTER

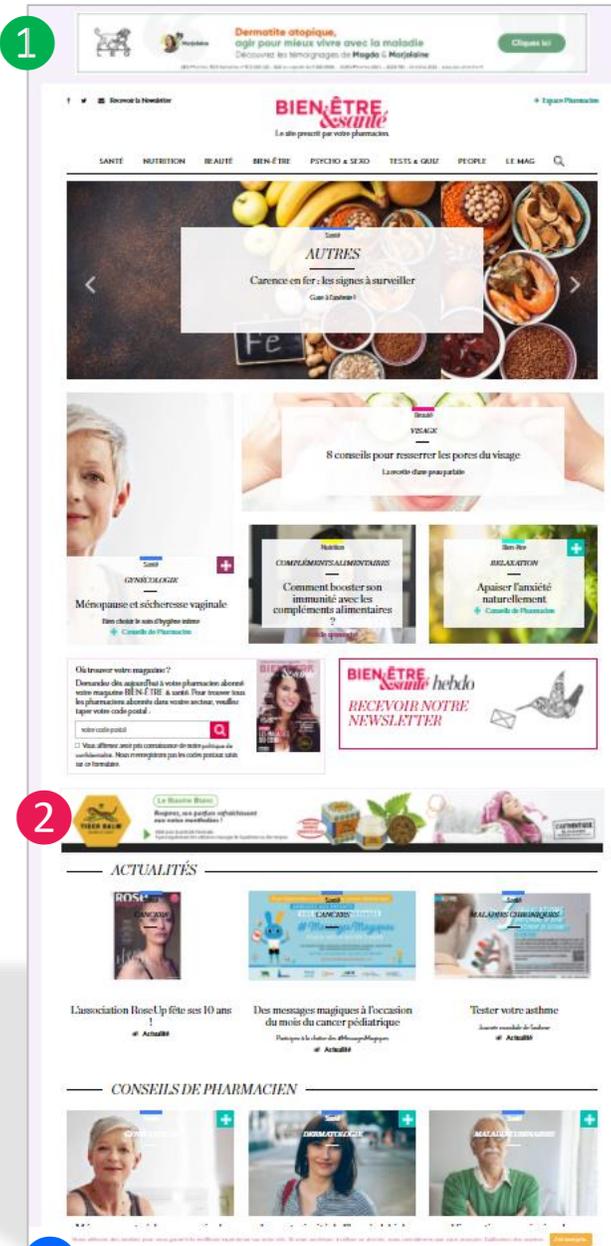
	Taille en px – L x H	Durée	Forfait brut
Bannière middle ②	560 x 100	1 envoi – 23000 contacts	1 200 €
Bannière footer ③	560 x 100	1 envoi – 23000 contacts	1 000 €
Bannières middle + footer en exclu	560 x 100	1 envoi – 23000 contacts	1 900 €

PACKS SITE + NEWSLETTER

	Taille en px – L x H	Durée	Forfait brut
Bannière top site + middle NL	Site 1 140 x 132 + NL 560 x 100	1 semaine site 33 % PDV + 1 envoi NL – 23000 contacts	1 900 €
Bannières site + NL en exclu	Site 1 140 x 132 + NL 560 x 100	1 semaine site 100 % PDV + 1 envoi NL – 23000 contacts	3 000 €

POST FACEBOOK

	Forfait brut
Post Facebook (21 000 fans)	500 €



Voir le site

LA QUESTION DE LA SEMAINE



Comment bien choisir son savon ?

Savon liquide ou solide, avec ou sans parfum, au pH neutre, végan, bio, pour le corps ou le visage... Sa fabrication n'est pas si simple.



LE TOUR DE LA QUESTION



Le magnésium

Fatigue, crampes, stress, troubles de la concentration... et si c'était un manque de magnésium ? Découvrez les bienfaits de cet minéral essentiel et les aliments à privilégier pour faire le plein !

CONSEIL DE MON PHARMACIEN



Le « pied d'athlète », une mycose courante

« J'ai constaté des plaies fissurées entre mes orteils... ». Thomas, 29 ans.



► sommaire

Article sponsorisé et publi

ARTICLE SPONSORISÉ

SITE	Forfait brut
Diffusion d'un article sponsorisé fourni par vos soins :	
- Diffusion dans le fil d'actualité du site en HP (1 semaine)	450 €
- Article hébergé sur le site pendant 12 mois	

SITE + NEWSLETTER

Diffusion d'un article sponsorisé fourni par vos soins :	Forfait brut
- Diffusion dans le fil d'actualité du site en HP (1 semaine)	1 100 €
- Article hébergé sur le site pendant 12 mois	
- Diffusion dans le fil d'actualité d'une newsletter (23 000 contacts)	

PUBLIREDACTIONNEL

SITE + NEWSLETTER + FACEBOOK	Forfait brut
Diffusion d'un publiédactionnel :	
- Rédaction par nos soins (2 000 signes)	2 200 €
- Diffusion dans le fil d'actualité du site en HP (1 semaine)	
- Diffusion via un post Facebook (21 000 fans)	
- Diffusion dans le fil d'actualité d'une newsletter (23 000 contacts)	

Voir conditions commerciales page 15

Nutrition

COMPLÈMENTS ALIMENTAIRES

Comment booster son immunité avec les compléments alimentaires ?

Article sponsorisé

Articles sponso

Dermatite atopique : agir pour mieux vivre avec la maladie

LEO Pharma

Dermatite atopique, agir pour mieux vivre avec la maladie

Découvrez les témoignages de **Magda & Marjolaine**

[Cliquez ici](#)

Exemple de publi

Magda : « Suite à une mauvaise expérience avec l'usage de corticoïdes, je me suis vu prescrire un anti-inflammatoire... »

Marjolaine : « C'est un accompagnement de soin qui m'a permis de mieux vivre avec ma dermatite atopique... »

Association Française de l'ÉLÉPHANT

Fondée en 2010, l'Association Française de l'Éléphant agit et s'engage pour les patients atteints d'éléphantose. Elle a pour but de faire connaître cette maladie, d'apporter un soutien psychologique et d'organiser des ateliers de sensibilisation.

2023/10 - Octobre 2023 1027 Phosma 001

CONDITIONS COMMERCIALES 2022 / SANTECOM

Concernent : les médias print & web BIEN-ETRE & santé et Pharmacien BIEN-ETRE & santé

REMISES LIEES AU VOLUME ANNONCEUR

Sur la base de l'investissement brut en € HT de l'annonceur en 2021 dans les médias cités ci-dessus

	% de remise
de 0 à 23 000 €	5
de 23 001 à 57 500 €	10
de 57 501 à 115 000 €	15
de 115 001 à 230 000 €	20
230 001 et +	30

AUTRES REMISES ANNONCEUR

	% de remise
Marché officinal (pour tout annonceur du marché officinal)	15
Couplage (pour toute campagne accueillie dans Bien-Être & Santé et Pharmacien Bien-Être & Santé)	15
De bienvenue (pour tout nouvel annonceur)	10

REMISE DE COUPLAGE GROUPE ANNONCEUR

Dès lors qu'une même campagne, sur une même période est accueillie dans Bien-Être & Santé et/ou Pharmacien Bien-Être & Santé ET dans l'un des médias suivants : Le Moniteur des pharmacies, Pharmacien Manager, Porphyre, lemoniteurdespharmacies.fr

	% de remise
Couplage 2 médias	2
Couplage 3 médias	4
Couplage 4 médias	7
Couplage 5 médias	11

REMISE MANDATAIRE

Cumul de mandats	3
Remise professionnelle	15

L'ensemble des ces remises s'appliquent en cascade les unes après les autres

VOS CONTACTS

Frédérique Boiteux

Directrice Commerciale pôle santé humaine 1Healthmedia

☎ 01 76 21 91 11

📞 07 86 77 40 83

✉ frederique.boiteux@1health.fr

Marine Abaziou

Directrice de clientèle



☎ 06 49 74 51 69

✉ marine.abaziou@1health.fr

Véronique Roy

Directrice de clientèle pharma

☎ 01 49 49 19 56

📞 07 87 06 82 83

✉ veronique.roy@1health.fr

Corinne Pillien

Directrice Commerciale pharma

☎ 01 76 21 91 80

📞 06 11 72 65 30

✉ corinne.pillien@1health.fr

Claire Vasset

Directrice de clientèle pharma

☎ 01 49 49 19 57

📞 06 23 12 01 58

✉ claire.vasset@1health.fr



1Healthmedia - Immeuble Avant-Seine - 11-15, quai de Dion-Bouton - 92800 Puteaux

LE MONITEUR
des pharmacies

Pharmacie
MANAGER

porphyre

Pharmacie
BIEN ETRE & SANTÉ

BIEN ETRE
& SANTÉ

LE MONITEUR
des pharmacies

LE MONITEUR
des pharmacies

L'INFIRMIÈRE
REVUE BIEN ÊTRE & SANTÉ

Espaceinfirmier.fr
ACTUALITÉ ET SAVOIR FAIRE INFIRMIER

Objectif SOINS
Management

CLINIC

ÉditionsCdP.fr