



# d-inside

Informations professionnelles et spécialisées  
de l'Association suisse des droguistes

Février 2013



**Prévenir les carences chez les seniors**

# Up to date!

Ein Kurs für Wiedereinsteigerinnen, die sich einen sicheren Neustart in die Arbeitswelt wünschen, oder für solche, die es noch einmal wissen wollen.

Frischen Sie altes Wissen auf und verknüpfen Sie es mit neuen Erkenntnissen.

Cours  
en allemand



Die praktische Umsetzung des Wissens unter Anwendung der Verkaufstechnik findet vor Ort in einer Drogerie in Luzern statt. Beim Kick-off-Meeting erhalten Sie aktuelle Informationen zur Drogeriebranche.

**Der Kursteil «Bewerbung» wurde ausgebaut:** «Wie erhalte ich meine Traumstelle?» **Dr. pharm. Hans Ruppner** gibt Ihnen wertvolle Tipps für ein optimiertes Dossier und ein erfolgreiches Vorstellungsgespräch. Am Schluss des Kurses können Sie mit dem E-Learning-Tool auf der Lernplattform *DrogoBrain* Ihren Lernerfolg überprüfen.

## Zielpublikum

Drogistinnen, die ihr Wissen auffrischen, vertiefen und ihre Arbeitsmarktchancen steigern möchten.

## Kursdaten

Montag	4. März 2013	14.20 – 17.50 Uhr
Donnerstag	21. März 2013	12.40 – 17.50 Uhr
Montag	22. April 2013	12.40 – 17.50 Uhr
Montag	29. April 2013	12.40 – 17.50 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr Verkaufcoaching
Montag	13. Mai 2013	12.40 – 17.50 Uhr
Sonntag	26. Mai 2013	9.00 – 13.00 Uhr Verkaufcoaching

## Kursort

Berufsschule Luzern ([www.freisschulen.ch](http://www.freisschulen.ch))

## Referenten

Raphael Bauz, Silvan Kurmann, Erwin Schär, Hans Ruppner  
SDV: Martin Bangerter, Claudia Meier

## Schwerpunkthemen

### 1. Tipps für die Bewerbung und den Wiedereinstieg (Kick-off-Meeting)

- Drogistenverband/obligatorische Aus- und Weiterbildung/Bildungspass/Qualitätssicherung
- Bewerbungen/Lebenslauf/Vorstellungsgespräch
- Informationen zum Wiedereinsteigerkurs (Ablauf E-Learning)

### 2. Wissen auffrischen

- Analgetica
- Läuse
- Laxantien
- Allergien & Antiallergia
- Ophthalmologica
- Haut & Sonnenschutz
- Nikotinersatztherapie
- Herpes
- Wundbehandlung
- Ernährung
- Mykologica
- Chemikalienrecht

### 3. Beratungssicherheit gewinnen

- Verkaufstechnik
- Verkaufcoaching in der Drogerie

## Kosten

CHF 585.– pro Person exkl. MwSt und Verpflegung,  
inkl. Schulungsunterlagen + E-Learning-Kontrollfragen.

## Pflichtausbildung

Dieser Kurs entspricht einem Umfang von 4 Präsenztagen und ca. 32 Stunden Selbststudium. Für die Teilnahme erhalten Sie 20 Stern-Punkte. Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen.

**Anmeldeschluss: 8. Februar 2013**

## Anmeldung

[www.drogistenverband.ch](http://www.drogistenverband.ch), [kurse\\_cours@drogistenverband.ch](mailto:kurse_cours@drogistenverband.ch)

## Les brèves

4 L'actualité de la branche

## Zoom sur...

14 Les carences alimentaires au 3<sup>e</sup> âge

## Branche

8 Maigrir selon ses gènes

12 Auteurs par passion

18 Nouveaux conseils de santé dès avril

24 La vitrine: une carte de visite

27 Les rendez-vous de la branche en 2013

## Rubriques

7 De fil en aiguille

22 Les produits des partenaires

26 Le droit au travail

28 Le marché de l'emploi

Vos clients trouveront également des informations passionnantes sur des thèmes en lien avec la santé sur: [www.vitagate.ch](http://www.vitagate.ch)

## Impressum d-inside

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, case postale 3516,  
2500 Bienne 3; [info@drogistenverband.ch](mailto:info@drogistenverband.ch), [www.droguerie.ch](http://www.droguerie.ch)

*Direction:* Martin Bangerter; *rédacteur en chef:* Heinrich Gasser (hrg); *rédactrice en chef adjointe:* Nadja Mühlemann (nm); *rédaction:* Ann Kugler (akr), Vanessa Näf (vn); *traduction:* Claudia Spätig (cs), Daphné Grekos (dg), Laurence Strasser (ls); Marie-Noëlle Hofmann (mh); *annonces:* Nadia Bally (nb), téléphone 032 328 50 51; [inserate@drogistenverband.ch](mailto:inserate@drogistenverband.ch); *conseils spécialisés:* Julia Burgener (service scientifique), Andrea Ullius (droguiste ES); *mise en page:* Odette Montandon

Impression: Swiss Printers AG Zürich, Schlieren printed in  
Photo de couverture: panthemedia.net

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, [a.schiliro@drogistenverband.ch](mailto:a.schiliro@drogistenverband.ch); ISSN 1662-338X; Fr. 75.–/an, 2<sup>e</sup> abonnement Fr. 56.– plus 2,5% TVA.

**d-inside est le média d'«Employés Droguistes Suisse»: Bureau et conseil juridique:**

Regula Steinemann, Gerbergasse 26, case postale 644, 4001 Bâle, téléphone 061 261 45 45;

caissier et administration des membres:  
Reto Karich; [www.drogisten.org](http://www.drogisten.org),  
[info@drogisten.org](mailto:info@drogisten.org)

**Vifor Pharma**

Nous sommes donateurs de l'ASD et de l'ESD



## Quand l'envie de manger s'émousse

A certains égards, la vie peut être considérée comme une suite de troubles alimentaires et de problèmes de poids. On mange trop, pas assez, trop sucré, trop salé, trop gras, trop peu varié... Ce ne sont là que quelques éléments qui peuvent caractériser notre comportement alimentaire de l'enfance au 3<sup>e</sup> âge. Mais savez-vous quel trouble alimentaire est commun aux jeunes filles et à leurs grand-mères? L'anorexie. Celle des jeunes est un phénomène très étudié qui inquiète à raison parents et médecins. L'anorexie des seniors est moins connue. Si les jeunes filles renoncent délibérément à se nourrir, l'envie de manger s'émousse involontairement chez les seniors. Les conséquences sont aussi dramatiques à l'adolescence qu'au 3<sup>e</sup> âge: un amaigrissement excessif et des carences alimentaires. Ces carences peuvent être à l'origine d'un véritable cercle vicieux, avec de sérieuses conséquences physiques et sociales. Ne manquez pas l'article de Christine Funke sur ce sujet, page 14. La perte progressive de l'appétit chez les seniors est d'autant plus grave que, passé un certain âge, il est quasi impossible de reprendre les kilos perdus.

Les proches, mais aussi les droguistes, devraient donc surveiller les seniors qu'ils connaissent et, si nécessaire, aborder cette problématique avec eux. De préférence dans le même état d'esprit que mon amie: «J'essaie d'inciter ma grand-mère à boire et à manger, mais sans jamais lui dicter sa conduite.»

Katharina Rederer



### Plante médicinale de l'année 2013

**La rose de Damas (*Rosa damascena*) a été désignée plante médicinale de l'année 2013 par l'association allemande de médecine naturelle «Theophrastus».**

Elle se caractérise par sa fragrance très raffinée. Mais elle fait bien plus qu'exhaler un parfum envoûtant et s'épanouir en toute beauté. Elle a également des propriétés anti-inflammatoires et s'utilise en cosmétique pour ses effets bénéfiques pour la peau. L'huile essentielle de rose de Damas améliore l'humeur et rend le système nerveux plus harmonieux.

*Naturheilverein Theophrastus*

### Comprimés compatibles avec l'intolérance au lactose

Le lactose est un ingrédient très utilisé dans la fabrication de comprimés. «Même les personnes qui présentent une intolérance au lactose peuvent en général prendre ces produits sans risque», assure Lutz Engelen, vice-président de la Chambre allemande des pharmaciens. Car, chez la plupart des personnes intolérantes au lactose, les enzymes qui interviennent dans la décomposition du lactose présentent encore un reste d'activité – lequel suffirait pour décomposer le lactose contenu dans les comprimés.

*Pharmazeutische Zeitung-online*

### Nécessité d'informer

De nouvelles données relatives à 2011 révèlent que plus de 121 000 nouveaux cas de VIH ont été signalés dans la Région européenne de l'OMS, soit plus de 3000 que l'année précédente. Parmi tous ces nouveaux cas, plus de 28 000 ont été enregistrés dans l'Union européenne et l'Espace économique européen (UE/EEE), selon un rapport publié par le Centre européen de prévention et de contrôle des maladies (ECDC) et l'OMS/Europe. Les informations sur la maladie et la prévention ainsi que l'usage du préservatif sont toujours deux mesures importantes pour prévenir de nouvelles infections.

*Pharmazeutische-Zeitung-Online*

### Les boissons énergétiques surchargent le cœur

Les experts craignent qu'une consommation excessive de boissons associant la caféine à d'autres ingrédients, comme la taurine ou la glucuronolactone, puissent provoquer des arythmies cardiaques (tachycardie). Dernier indice en ce sens: le décès d'une jeune fille, aux Etats-Unis, qui avait consommé une importante quantité de ce type de boissons. Les spécialistes recommandent donc de ne boire que de petites quantités de boissons énergétiques. Les femmes enceintes et les enfants devraient même y renoncer entièrement. *Institut allemand d'évaluation des risques, Société suisse de nutrition*

### Médicaments: à conserver à l'abri du froid

Pour les médicaments qui doivent être conservés à température ambiante, leur exposition au froid pendant quelques heures n'a pas de conséquence sur leur stabilité ou leur qualité. Toutefois la congélation doit être évitée, en particulier pour tous les liquides, mais les formes solides telles que les comprimés ou les gélules peuvent également être détériorées par le gel. Lors de conditions climatiques extrêmes, il est recommandé d'utiliser des sacs de transport isothermes qui réduisent les échanges thermiques. *pharmavista.ch*

### Le chômage augmente les risques d'infarctus

Chez les plus de 50 ans, la perte d'emploi peut augmenter autant les risques d'infarctus du myocarde que le tabagisme, le diabète ou l'hypertension, selon une étude d'observation réalisée par l'Université Duke de Durham, en Caroline du Nord (Etats-Unis). Les chercheurs ont suivi 13 451 adultes, âgés de 51 à 71 ans, depuis 1992. Tous les deux ans, les participants ont dû répondre à un questionnaire concernant notamment leur situation sociale, leurs revenus, leurs rapports de travail et leurs assurances maladies et de prévoyance. Les chercheurs ont utilisé ces données pour établir les risques d'infarctus des participants.

*www.sprechzimmer.ch*

### Moins de sept heures de sommeil

En moyenne, les jeunes dorment six heures et demie par nuit pendant la semaine et neuf heures durant le week-end. Ce déficit constant ne pègre pas seulement leurs performances mais peut aussi nuire à leur santé physique et psychique. Telle est la conclusion d'une étude réalisée auprès de 9000 jeunes Allemands.

*Philipps-Universität Magdeburg*

### 2,4 millions

Au niveau mondial, l'usage nocif de l'alcool entraîne 2,4 millions de décès chaque année, ainsi que des maladies et des traumatismes en grand nombre. Plus de 60 maladies différentes sont en lien avec une consommation excessive d'alcool. *OMS*

### Les comprimés vitaminés n'aident pas le cœur

La prise de préparations vitaminées ne permet pas d'influencer les risques de maladie cardiaque. Une étude, réalisée par des scientifiques de l'Université d'Harvard depuis 1998 auprès de 14 600 sujets masculins, a révélé que l'apport de vitamine ne modifie pas le taux de mortalité. *Journal of the American Medical Association*

### Soins de la peau sous zéro



Quand il fait très froid, la peau a besoin de produits de soin gras. Il faut surtout s'occuper du visage, des lèvres, des mains, du cou et du lobe des oreilles. Les personnes qui restent longtemps dehors, au froid, devraient appliquer plusieurs fois par jour une crème grasse sur les zones exposées. A l'inverse, les produits de soins très hydratants peuvent dessécher la peau et même provoquer des gelures quand les températures sont négatives ou aux sports d'hiver. *cdp*

### Migraine: se sauver en courant

Pratiquer régulièrement du jogging ou du walking pourrait diminuer les crises de migraine. Des scientifiques de la clinique universitaire de Schleswig-Holstein (Allemagne) ont découvert que faire trois séances de course à pied hebdomadaires permet de réduire de 20 % les crises de migraine. Et ce, indépendamment de l'intensité de l'entraînement. *Universitätsklinikums Schleswig-Holstein*

### La caféine: un frein à l'Alzheimer

De récentes études ont démontré que les risques de développer la maladie d'Alzheimer ou de Parkinson sont plus réduits chez les personnes qui boivent du café. Des scientifiques du centre de recherches Jülich (Allemagne) viennent de découvrir l'endroit précis où la caféine agit dans le cerveau. Elle déploie principalement ses effets

stimulants dans le cortex associatif – une zone de l'écorce cérébrale – ainsi que dans les zones qui sont justement atteintes lors de ces maladies. Les résultats de cette étude pourraient s'avérer utiles dans le développement de nouveaux médicaments. *Journal of Nuclear Medicine*

### Un récepteur qui influence la santé

Un récepteur situé dans le nez aurait une influence sur notre susceptibilité aux maladies. Des chercheurs de l'Université de Pennsylvanie (Etats-Unis) l'ont découvert en étudiant le récepteur de goût amer T2R38. Ainsi, en fonction de la variante de T2R38 qu'un individu présente, il sera plus ou moins sensible aux infections respiratoires. Jusqu'à présent, on savait seulement que ces différentes variantes de récepteur avaient une influence sur notre perception du goût. *The Journal of Clinical Investigation*

### Par souci d'exhaustivité

Dans notre article consacré au séminaire «Règlement des successions et rachat d'entreprise dans la branche de la droguerie» paru dans l'édition de décembre de *d-inside*, nous avons oublié de préciser qu'outre les organisations mentionnées, Droga Bähler SA propose évidemment aussi d'excellentes prestations professionnelles à tous ceux qui veulent remettre ou racheter une entreprise. Nous vous présentons toutes nos excuses pour cet oubli.

**Der NEUE UNGUATOR® Q**



**Skalierbare Qualität**

- Automatische Skalierung eines validierten Rührprogramms auf andere Krukengrößen
- Zeitersparnis- keine umständliche Berechnungen
- Konstante Qualität

**Reproduzierbare Qualität**

- Herstellungsparameter können durch ID-Nummer einfach nachvollzogen werden
- ID-Nummer ermöglicht konstant qualitativ hochwertige Ergebnisse
- Steigerung der Kundenzufriedenheit

**QMS-Zertifizierung**

- Geeignet durch hygienisch einwandfreie Qualität
- Vereinfachte Dokumentation durch ID-Nummer
- Höchste Ansprüche konsequent umgesetzt

Geeignet für Dosen 20-500 g.



**E. ANWANDER & CIE. AG**  
CH-4104 Oberwil

Tel. 061 338 33 33  
Fax 061 338 33 11

info@anwa.ch  
www.anwa.ch



## Plante médicinale de l'année 2013 bis

### La capucine, qui pousse dans de nombreux jardins, présente des propriétés médicinales encore sous-estimées.

Elle contient beaucoup de vitamine C, peut inhiber la prolifération des bactéries, des virus et des champignons et améliore la circulation sanguine: grâce à ses propriétés positives, la grande capucine (*Tropaeolum majus*) a été élue plante médicinale de l'année 2013 par les scientifiques de l'Université de Würzburg, en Allemagne.

*Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneimittelkunde an der Universität Würzburg*

### Adipocytes blancs et bruns

Des chercheurs de l'Université de Bonn ont découvert une nouvelle méthode pour lutter contre l'obésité. En bloquant une protéine chez les souris, ils ont pu induire la combustion des graisses. Le phénomène a entraîné la transformation des cellules adipeuses blanches en adipocytes bruns, qui peuvent facilement être décomposés. La masse grasseuse blanche sert de réserve d'énergie chez l'homme et c'est elle qui compose l'essentiel des zones à problèmes chez les personnes en surpoids. Les cellules grasseuses brunes en revanche participent à la thermogénèse; ce sont elles, notamment, qui évitent un trop fort refroidissement des nourrissons. Chez les adultes, les adipocytes bruns sont rares, on les trouve uniquement vers la nuque et le long de la colonne vertébrale. *Journal Science Signaling*

### Que lit-on?

Les emballages des denrées alimentaires contiennent un grand nombre d'informations, symboles et autres indications. La feuille d'information de la Société suisse de nutrition aide à comprendre ces différentes informations et à les interpréter correctement. *sge-ssn.ch*

### La fumée passive influence le réflexe de la toux

Selon une étude américaine, les enfants qui grandissent entourés de fumeurs ont un moins bon réflexe de la toux que ceux qui grandissent dans un environnement sans fumée. Ils sont ainsi plus sujets aux maladies des voies respiratoires et des poumons, comme la bronchite ou la pneumonie. Les pneumologues recommandent donc aux parents fumeurs d'éviter de fumer en présence de leur enfant et surtout pas dans des locaux fermés. *Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin*

### Pharmacovigilance: patients actifs

En Allemagne, les patients peuvent annoncer directement aux instances compétentes les expériences négatives faites avec leurs médicaments et les décrire sur internet. Il s'agit-là de la réalisation d'une directive de l'UE qui prévoit que les patients qui constatent des effets secondaires ou des erreurs après avoir pris un médicament peuvent le signaler directement aux autorités compétentes. L'Institut Paul Ehrlich a en outre créé un site où les patients peuvent témoigner en ligne des effets indésirables constatés. *focus.de/gesundheit*

### Prolongation du PNAAP

Les maladies non transmissibles comme le cancer, le diabète, les maladies cardiovasculaires ou les infections respiratoires, représentent aujourd'hui la principale cause de décès et entraînent des coûts de santé élevés. Les principaux facteurs de risque de ces maladies sont liés à l'alimentation et à l'activité physique. Le Conseil fédéral a donc chargé, en 2008, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) de mettre en œuvre le programme national Alimentation et activité physique (PNAAP) 2008-2012, en collaboration avec l'Office fédéral du sport (OFSP), et d'en assurer la coordination avec les cantons et Promotion Santé Suisse. Le programme vise à promouvoir les comportements favorables à la santé. Pour pérenniser les activités de prévention des acteurs impliqués, le Conseil fédéral a décidé de prolonger le PNAAP de quatre années supplémentaires, soit jusqu'à fin 2016. *OFSP*

### Ne pas laisser trainer...



Pour éviter toute contamination par des germes, les préparations d'aliments pour nourrissons devraient toujours être préparées avec de l'eau bouillie durant les premiers mois. Ne pas laisser le biberon déjà préparé plus de deux heures à plus de 5°C avant de le donner à bébé. Ne pas garder les restes: les jeter. Laver les ustensiles utilisés pour la préparation du repas de bébé au lave-vaisselle à 65°C ou à fond à l'eau chaude, avec un produit vaisselle efficace. *BfR*

### L'ocytocine favorise la pensée de groupe

L'ocytocine est l'hormone qui détermine notre capacité à nous identifier aux autres et à leurs idées. Lorsqu'elle pénètre dans le nez d'un individu, elle l'incite à adopter l'opinion des autres. L'ocytocine est aussi connue pour favoriser l'accouchement et la lactation. Les résultats des études actuelles montrent que cette hormone influence aussi sensiblement le comportement social des hommes et des femmes. *apotheke-adhoc.de*

### Récepteurs du gras identifiés

Des scientifiques allemands ont pour la première fois réussi à démontrer l'existence de récepteurs sensibles au gras dans les papilles humaines. Jusqu'à présent, on ne connaissait que cinq saveurs de base: le sucré, l'amer, l'acide, le salé et l'umami (savoureux). Il n'avait donc pas encore été établi l'existence de signaux gustatifs émis en présence de gras. *Chemical Senses*

### Lutte contre l'hypertension

La journée mondiale de la santé est célébrée chaque année le 7 avril depuis 1948. A cette occasion, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) choisit de mettre en lumière un problème de santé mondial. La Journée mondiale de la santé 2013 sera consacrée au thème de l'hypertension.

### La vitamine D protège le cerveau

Des scientifiques canadiens ont réalisé une méta-étude qui confirme qu'il existe un lien entre les troubles cognitifs et les carences en vitamine D. La vitamine D joue ainsi un rôle important en neurologie. Les chercheurs n'ont cependant pas encore découvert comment la vitamine D protège le cerveau. Après analyse de différentes études, les chercheurs estiment que la concentration de vitamine D idéale est de 50 à 75 mmol/L. *apotheke-adhoc.de*

### Nouveauté concernant les «health claims»

Les allégations nutritionnelles et de santé pour les denrées alimentaires sont autorisées pour autant que l'effet vanté du produit soit démontré. La Suisse précise ainsi sa législation concernant les allégations nutritionnelles et de santé (Health Claims) dont les dispositions s'inspirent étroitement des directives européennes. [www.bag.admin.ch/themen/lebensmittel/04861/13535/index.html?lang=de](http://www.bag.admin.ch/themen/lebensmittel/04861/13535/index.html?lang=de)



## De fil en aiguille

Ce que des membres de la branche de la droguerie ont toujours voulu demander à d'autres personnalités. La règle du jeu: la personne interrogée qui répond ouvertement peut poser une question à une autre personnalité.



*Jacqueline Ryffel, pharmacienne spécialisée en homéopathie classique FPH et directrice de Spagyros SA.*

### A question précise...

**Quand la LPTH offrira-t-elle une solution pour les petites quantités qui permette enfin de résoudre la problématique de la sécurité des patients?**



### ...réponse directe

«Le DFI a confirmé aux membres du groupe de suivi de la médecine complémentaire que le projet de révision de la LPTH prévoit une solution pour les petites quantités. La commission de la santé publique du conseil prioritaire traitera ce projet de révision cette année au plus tôt. Les membres du groupe parlementaire de médecine complémentaire, que je dirige avec le conseiller aux Etats Joachim Eder, vont s'engager pour qu'une solution définitive soit trouvée pour les petites quantités. Mais cela prendra encore du temps. Nous prenons la révision de la LPTH très au sérieux, car il est dans l'intérêt des patients, des soignants et du commerce spécialisé de préserver absolument la diversité des médicaments doux et naturels.»

*Edith Graf-Litscher, conseillère nationale (PS/TG)*



### Et la suite

*La prochaine question s'adresse à Jürg Schnetzer, directeur de Swissmedic.*

Edith Graf-Litscher lui demande:

**«Les spécialistes étrangers sont de plus en plus nombreux à travailler au sein des autorités. Comment Swissmedic s'assure-t-il que ce personnel étranger a) connaît les principales langues nationales et b) met en pratique la culture et les valeurs suisses (dialogue, compromis, respect des minorités) – autant de choses essentielles à la réussite de la Suisse?»**

La réponse de Jürg Schnetzer paraîtra dans l'édition de mars 2013 de *d-inside*.

# Maigrir selon ses gènes

Le régime génétique: jamais entendu parler? C'est pourtant une nouvelle offre disponible en droguerie. Une analyse de laboratoire permet de déterminer comment s'alimenter et bouger en fonction de ses gènes. Est-ce que ça fonctionne? d-inside a posé la question à un distributeur, des experts et une droguiste.

Le centre de génétique humaine Progenom, en Allemagne, estime qu'environ 60 à 80% des cas d'obésité sont liés à des facteurs d'ordre génétique. Certaines personnes auraient la chance de naître avec des gènes favorables. Elles pourraient ainsi avaler tout ce qu'elles veulent, pratiquer un minimum de sport et quand même rester sveltes. D'autres prendraient facilement plusieurs kilos avec un tel mode de vie. La thèse: les gènes déterminent si un individu assimile trop bien les graisses ou si son intestin n'absorbe que la dose nécessaire. Idem pour les hydrates de carbone. «Certains personnes prennent rapidement du poids quand elles mangent du sucre, d'autres sont totalement insensibles à la quantité d'hydrates de carbone dans leur alimentation», constate le centre spécialisé allemand sur son site internet. L'influence de l'activité sportive sur la perte de poids dépendrait aussi de facteurs génétiques. Il y aurait en effet trois gènes qui détermineraient si la pratique d'un sport permet d'éliminer rapidement ou très lentement les réserves de graisse. Idem en ce qui concerne la réduction des calories: certains perdent rapidement du poids quand

ils font un régime alors que d'autres ne maigrissent que lentement.

**LA THÈSE DES TESTS GÉNÉTIQUES:**  
LES GÈNES DÉTERMINENT SI UN INDIVIDU ASSIMILE TROP BIEN LA GRAISSE OU SI SON INTESTIN N'ABSORBE QUE LA DOSE NÉCESSAIRE. IDEM POUR LES HYDRATES DE CARBONE.

Quiconque veut connaître son profil génétique peut désormais faire analyser ses gènes. Selon l'entreprise zurichoise Seefeld Medical Sàrl, qui distribue

en Suisse des tests génétiques de la marque Progenom, le test «analyse huit gènes déterminants pour le poids». Les résultats permettent de mettre au point un programme d'amincissement sur mesure. L'analyse permet de déterminer les aliments à éviter et ceux qui peuvent être consommés sans problème. Selon la publicité, les personnes qui

ont essayé ont découvert la quantité optimale de sport et d'apport calorifique quotidien leur permettant d'atteindre rapidement le poids souhaité et de le conserver facilement. Cela semble séduisant. Mais qu'en est-il vraiment? La recherche est très active dans le domaine de la nutriginomie, science qui s'intéresse aux interactions entre les gènes et les nutriments. Mais les scientifiques relativisent les promesses de ces analyses: les tests commercialisés ne portent pour l'instant que sur une vingtaine de variations génétiques. Leurs résultats ne seraient pas suffisants pour donner de nouvelles recommandations nutritionnelles fondées. «Il manque des preuves scientifiques pour donner des recommandations sérieuses», confirme **Steffi Schlüchter**. Nutritionniste dipl. ES à la Société suisse de nutrition (SSN), elle est persuadée que les analyses génétiques peuvent au mieux donner des indications concernant certaines prédispositions. «En général, ces dernières sont multifactorielles et influencées par plusieurs gènes», précise Steffi Schlüchter. Une simple analyse génétique ne permettrait donc pas de répondre aux questions complexes relatives à l'adiposité.

Le **Prof. Dr Kaspar Berneis**, médecin-chef à la clinique d'endocrinologie, de diabétologie et d'alimentation clinique de l'Hôpital universitaire de Zurich, est aussi sceptique. «Les analyses génétiques censées faciliter la perte de poids sont discutables.» Il met aussi le doigt sur le manque de preuves scientifiques. «Il n'y a pas une seule publication qui prouverait que cela permet de maigrir plus facilement ou plus difficilement.» Ce que dément **Ruedi G. Laupper**, CEO de Seefeld Medical Sàrl: «7500 études génétiques scientifiques ont été publiées à ce sujet.»

## Le test génétique: un outil de fidélisation de la clientèle

Pour quelle raison une droguerie devrait-elle introduire un tel test génétique dans son assortiment? Pour Seefeld Medical Sàrl, la droguerie constitue un canal de vente parfaitement approprié. «Avec l'analyse ADN «poids et sport», la droguerie répond à une attente importante des clients», assure Ruedi G. Laupper. Il se réfère notamment à la prise



Contrairement aux analyses de sang, les tests génétiques peuvent aussi être proposés en droguerie.

de conscience croissante des jeunes et des actifs pour tout ce qui concerne le style de vie et le sport ainsi qu'aux seniors qui veulent se préparer à vivre en bonne santé jusqu'à un âge avancé. «Or les clients, dans ce segment du marché, ont un bon pouvoir d'achat», rappelle notre interlocuteur. Ces analyses, combinées aux conseils spécialisés des droguistes, constitueraient ainsi une nouvelle opportunité d'attirer et de fidéliser la clientèle.

## Comment ça fonctionne?

Les tests génétiques sont très simples à réaliser et peuvent également être utilisés en droguerie, contrairement aux analyses des groupes sanguins très invasives. Le client signe une déclaration d'accord et donne (comme pour un test de paternité) un peu de salive. Cet échantillon est envoyé par courrier à un laboratoire situé en Autriche. Concernant la sécurité des données, Ruedi G. Laupper précise: «Les données sont cryptées et conservées sur deux serveurs différents. Et les échantillons génétiques sont détruits après l'analyse.» Le client reçoit ses résultats après deux ou trois semaines. Les résultats contiennent un rapport de santé ainsi qu'une brochure qui répertorie «plus de 600 denrées alimentaires qui sont réparties en deux catégories, bonne et mauvaise, selon les types génétiques», explique Ruedi G. Laupper. Ces résultats servent de base à l'entretien de conseil avec le droguiste. «Les droguistes apportent alors les connaissances spécialisées indispensables», souligne notre interlocuteur. Une formation complémentaire en nutrition est évidemment



«En tant que droguistes, nous sommes suffisamment qualifiés dans le domaine de la nutrition pour pouvoir travailler avec ces tests.»

Susanne Werder, droguiste ES et propriétaire de deux drogueries à Lostorf et Aarau.

un avantage. Steffi Schlüchter considère qu'il est même indispensable de suivre au préalable une formation reconnue: «Laisser du personnel qui a suivi une formation éclair conseiller les clients est imprudent. La formation en nutrition et diététique est de type ES ou HES.» Le Prof. Dr Kaspar Berneis est aussi critique: «Le profil génétique ne permet pas de déterminer quels aliments sont recommandés ou pas pour une personne.» Certaines analyses pourraient tout au plus s'avérer utiles pour diagnostiquer, par exemple, une intolérance au lactose.

### Une droguiste témoigne d'expériences positives

Susanne Werder, droguiste ES et propriétaire de deux drogueries à Lostorf (SO) et Aarau (AG), propose des analyses génétiques depuis l'automne 2012. Elle a découvert ce produit en sillonnant la foire Vista Expo à la recherche de nouvelles mesures pour fidéliser sa clientèle. Elle a été séduite par sa simplicité d'utilisation et par la clarté des résultats. «En tant que droguistes, nous sommes suffisamment qualifiés dans le domaine de la nutrition pour pouvoir travailler avec», assure-t-elle. Avant d'introduire ce produit dans son assortiment, la droguiste ES, au bénéfice d'une formation complémentaire en nutrition et substances vitales, l'a testé personnellement. Elle voulait savoir si ce test pourrait aussi

être utile aux personnes ayant un poids normal et qui, comme elle, ne cherchent pas à maigrir. Et elle a effectivement adapté légèrement son alimentation en fonction des résultats obtenus. «Depuis, j'ai moins de fringales et je me sens globalement mieux et plus légère», résume la droguiste. Susanne Werder pratique régulièrement du sport depuis de nombreuses années, elle fait du vélo, du ski de fond et du jogging. «Le test a confirmé que je bouge correctement.» Après une action de promotion, **Susanne Werder** a vendu quelques tests génétiques et reçu de très nombreux appels téléphoniques de clients intéressés. La droguiste propose ce produit en association avec une mesure de la masse grasseuse (impédance-mètre). «J'ai ensuite un entretien d'une heure avec le client pour discuter des résultats.» Jusque-là, cette formule est facturée dans les 700 francs. Si la personne souhaite être accompagnée dans sa démarche, Susanne Werder propose encore trois à six mois de conseils nutritionnels et de mesures sur la balance. La droguiste travaille avec un institut d'amaigrissement d'Aarau qui utilise également ce test génétique. La formule gagnant-gagnant: l'institut adresse ses clients avec leur analyse à la droguiste qui peut les conseiller; de son côté, la droguiste recommande cet institut à ses clients.

*Claudia Merki / trad: cs*

**demeter**

**Holle**

Bio-Folgemilch 2  
Lait de suite 2<sup>ème</sup> âge  
Latto di proseguimento 2

**Amour, sérénité et Holle**

L'amour, l'affection et la relation intime qui se crée lors de l'allaitement forment un espace protecteur où l'enfant se développe harmonieusement. Avec le lait maternel, le nourrisson bénéficie de la meilleure et de la plus naturelle des alimentations possibles. Avec ses ingrédients produit de manière biodynamique, Holle offre la plus haute qualité, et par là même une base fiable pour une alimentation naturelle pour les bébés. Biologique, dynamique, sain.

**Vous trouverez de plus amples informations sur Holle et l'ensemble de la gamme sur: [www.holle.ch](http://www.holle.ch)**



## ESD-Cycle de formation 2013-15 Des perspectives pour l'avenir

## ESD-Ausbildungszyklus 2013-15 Eine Zukunft mit Perspektiven

### Branches soumises à l'examen

Connaissance des médicaments, biologie, chimie, connaissance des plantes médicinales, gestion et vente y compris calcul commercial. Pour vous préparer à l'examen d'admission, vous recevrez des exercices sur CD-ROM. Les titulaires d'une maturité professionnelle ou gymnasiale sont dispensé(e)s de l'examen d'admission.

### Journée de discussion

Nous répondrons à toutes vos questions relatives à la matière de l'examen d'admission le jeudi 14 mars 2013.

### Examen d'admission

Mercredi 27 mars 2013

### Début du prochain cycle

Lundi 19 août 2013

### Délai d'inscription

Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au **28 février 2013**.

### Prüfungsfächer

Arzneimittelkunde, Biologie, Chemie, Heilpflanzenkunde, Betriebs- und Verkaufskunde inkl. kaufmännisches Rechnen. Sie erhalten eine CD-ROM mit Übungsaufgaben zur Prüfungsvorbereitung. Kandidatinnen und Kandidaten mit Berufmaturitätszeugnis oder gymnasialem Maturitätszeugnis sind von der Aufnahmeprüfung dispensiert.

### Besprechungstag

Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 14. März 2013.

### Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 27. März 2013

### Beginn des nächsten Ausbildungszyklus

Montag, 19. August 2013

### Einschreibefrist

Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der **28. Februar 2013**.

Weitere Information + Anmeldung an /  
Informations complémentaires et inscription à:



École supérieure de droguerie

Rue de l'Évole 41 2000 Neuchâtel Téléphone 032 717 46 00 Fax 032 717 46 09 info@esd.ch www.esd.ch

# Auteurs par passion

Ce sont souvent des clients ou des personnes qui participent à des cours de la droguerie qui incitent les droguistes à prendre la plume pour partager leurs connaissances. Leurs ouvrages sont généralement des guides pratiques consacrés à des médecines naturelles.



La médecine empirique est très tendance. Les droguistes prennent donc la plume quand ils ont envie de partager leurs connaissances – ou se sentent presque obligés de le faire. Ces auteurs ont souvent suivi une formation dans le domaine des médecines naturelles.

C'est notamment le cas du droguiste et écrivain **Peter Oppliger**, qui se consacre aujourd'hui à l'importation de thé et qui a créé une plantation de thé unique en Europe sur le Monte Verità, près d'Ascona (TI).



Autre exemple: **Walter Käch**, propriétaire de la droguerie Dropa à Hochdorf (LU) et auteur de l'ouvrage «*Sels minéraux biochimiques selon le Dr Schüssler*». Car Walter Käch est passionné par les sels de Schüssler. Il sillonne d'ailleurs la Suisse pour donner plus de 100

conférences par année. De nombreux clients ainsi que des personnes qui assistaient à ses conférences lui demandaient souvent s'il existait un livre simple sur le sujet. Comme ce n'était pas le cas, le droguiste s'est finalement décidé à écrire et à éditer lui-même un «ouvrage de travail simple et compréhensible». Et la demande suit, assure l'auteur: «C'est actuellement un vrai boom.»

Il convient néanmoins de se poser quelques questions économiques avant de se lancer dans la rédaction d'un ouvrage. «Y a-t-il un public pour cette publication? Est-ce que je dispose d'un canal de distribution?»



**Fabienne Gigandet**, droguiste diplômée, dirige un cabinet de médecine naturelle. Chaque année, elle donne de nombreuses conférences sur la naturopathie et elle enseigne également à l'École supérieure de droguistes (ESD) à Neuchâtel. Elle compte beaucoup de jeunes familles parmi ses clients. Leurs fréquentes questions concernant les traitements homéopathiques, en particulier pour les enfants, lui ont donné

l'idée d'écrire un livre sur le sujet. Elle a rédigé l'ouvrage «*L'homéopathie réservée aux enfants*» durant ses loisirs. Grâce à un bon réseau d'amis, elle a rapidement pu l'éditer. Ses deux ouvrages (elle a signé un autre livre depuis) peuvent notamment être commandés sur son site internet ([www.homeopathie-gigandet](http://www.homeopathie-gigandet)).

## Du travail de diplôme à la publication



Après avoir travaillé une vingtaine d'années dans une droguerie du canton d'Argovie, **Thomas Moser** a eu envie de poursuivre sa formation professionnelle. Durant sa formation de naturopathe, il s'est découvert des centres d'intérêts communs avec **Patrick Seiz**, autre étudiant droguiste professionnel. Ils ont eu envie de faciliter l'apprentissage de la médecine humorale à leurs collègues. Le livre leur a semblé la meilleure manière de présenter clairement et simplement le modèle de cette méthode naturopathique traditionnelle européenne aux autres praticiens.

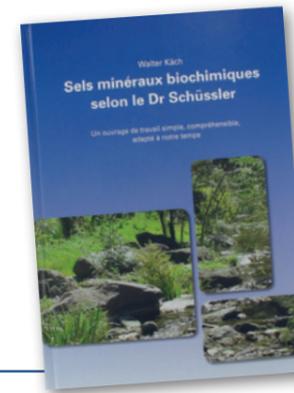


Les deux auteurs n'ont pas seulement investi beaucoup de temps pour rédiger le manuscrit de leur travail de diplôme. Tout le reste de la procédure, jusqu'à l'impression finale, a aussi été très prenant.

Walter Käch se réjouit d'avoir déjà pu vendre 10 000 exemplaires, notamment parce qu'il a pu bénéficier du soutien d'une entreprise de fabrication de médicaments naturels. Quant au premier livre de Fabienne Gigandet, il en est déjà à sa troisième édition. Enfin, le récent ouvrage consacré à la médecine humorale («*Humoralmedizin – Grundlagen und Einsatz*», uniquement en allemand) est sur la bonne voie: en quelques mois seulement, la moitié des 1500 exemplaires édités a déjà trouvé preneur.

Certes, ce n'est pas la vente de ces ouvrages qui assurera la fortune de leurs auteurs. Mais les échos positifs qu'ils suscitent n'en sont pas moins réjouissants.

*Manuel Fischer / trad: cs*



## Introduction aux sels de Schüssler

Walter Käch, droguiste dipl. féd., signe là un livre simple et parfaitement accessible sur les sels minéraux biochimiques. Outre la description des différents sels, cet ouvrage contient des informations sur le dosage et l'utilisation des sels, des conseils pratiques pour la vie quotidienne ainsi qu'un répertoire de nombreux tableaux cliniques.

L'auteur est bien connu dans toute la Suisse pour ses activités de formateur et de spécialiste de la médecine naturelle. Il est vrai qu'il a plus de 25 ans d'expérience professionnelle. Il enseigne les sels de Schüssler dans le cadre de formations professionnelles et propose des conférences sur de nombreux thèmes en lien avec la médecine naturelle.

**KALTER KÄCH**  
**Sels minéraux biochimiques selon le Dr Schüssler**  
**Santénatur, 2010**

Commande à:  
*Omidia SA, Küssnacht*

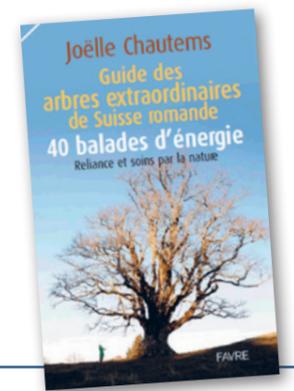


## L'homéopathie pour les enfants

Le livre de Fabienne Gigandet sur l'homéopathie pour les enfants est un recueil de conseils destinés à l'automédication. L'ouvrage, très orienté sur la pratique, initie les lecteurs intéressés à l'utilisation d'une vingtaine de remèdes homéopathiques unitaires. L'auteure prône plus de calme dans le traitement de certains troubles aigus chez les enfants.

Dans sa pratique, elle a pu constater que les enfants réagissent généralement très bien à l'homéopathie. C'est donc une méthode thérapeutique qui aide les petits, de manière douce et naturelle – et sans effets secondaires – à surmonter le cap des troubles aigus au quotidien.

**FABIENNE GIGANDET**  
**L'homéopathie réservée aux enfants**  
**Avanti Verlag, 2012**  
**ISBN 978-3-9523401-2-7**



## La puissance des arbres

La droguiste Joëlle Chautems partage son savoir à travers des balades qui conduisent le lecteur à la découverte d'arbres remarquables, tantôt par leur beauté, tantôt par leur âge. Par une approche énergétique, botanique, phytothérapeutique et géobiologique, elle invite chacun à ressentir la magie de la nature. Après son best-seller consacré aux pierres d'énergie, le Guide des hauts lieux vibratoires en Suisse romande (Favre 2011), Joëlle Chautems continue de tisser son lien avec la nature en mettant à l'honneur les arbres extraordinaires qui rythment nos existences et mémorisent dans leur essence l'histoire des époques passées.

**JOËLLE CHAUTEMS**  
**Guide des arbres extraordinaires de Suisse romande – 40 balades d'énergie**  
**Favre, 2012**  
**ISBN 978-2-8289-1268-0**



## Le thé vert – un délice de la nature

Depuis son premier voyage en Asie, dans les années 60, Peter Oppliger, droguiste diplômé, est fasciné par les nombreuses vertus du théier, *Camellia sinensis*. Professeur de médecine naturelle et auteur de plusieurs ouvrages, il se consacre aujourd'hui principalement à l'étude de la culture de cette plante et dirige sur le Monte Verità, au Tessin, l'unique plantation de théier d'Europe. Cet ouvrage est essentiellement dédié au thé vert: contrairement au thé noir, sa fabrication par séchage, étuvage et chauffage dans des cuves en métal, ne passe pas par la fermentation et préserve ainsi les précieux tanins et les vitamines de la plante. Le thé vert n'est pas seulement une délicieuse boisson désaltérante, il permet aussi de prévenir de nombreuses maladies, accélère la guérison, améliore la concentration, augmente les performances et le bien-être en général. Un ouvrage idéal pour s'initier aux secrets du thé vert – de la plante aux diverses préparations qu'elle permet et à tous ses effets curatifs.

**PETER OPPLIGER**  
**Le thé vert – délices et forces curatives de la plante du thé**  
**Editions Viridis, 2010**  
**ISBN 3-310-00316-7**

*(Cette liste d'auteurs et d'ouvrages de la branche de la droguerie n'est évidemment pas exhaustive.)*

# L'alimentation des personnes âgées

Adopter une alimentation adaptée à l'âge et riche en nutriments est essentiel pour rester en santé et pouvoir mener une vie indépendante jusqu'à un âge avancé. Mais la réalité est souvent différente: en Suisse, près de 10 % des plus de 60 ans souffrent de carences alimentaires.

Quand on parle de carences, la plupart des gens pensent immédiatement aux pays dits du Tiers-Monde. Rares sont ceux qui savent que de nombreuses personnes âgées, sous nos latitudes, ont un poids insuffisant et souffrent de dénutrition. En Suisse, près de 10 % des plus de 60 ans présentent un manque chronique de substances nutritives vitales. Car les seniors n'ont souvent plus de plaisir à cuisiner et à manger. Les origines de ces carences sont diverses et ne sont pas seulement médicales, mais aussi en lien avec des facteurs psychologiques et sociaux. Auparavant, ces personnes cuisinaient pour leur famille – aujourd'hui, elles se retrouvent seules à table. Et se contentent souvent d'une tartine. Le pain durcit dans le placard, la salade flétrit dans le frigo et la date de péremption de la saucisse est passée depuis longtemps. A cela s'ajoutent la perte du sens du goût, des difficultés à faire les courses et à cuisiner, le deuil de l'être cher – autant de raisons qui font qu'elles finissent par penser: «Tout cela n'en vaut pas la peine...»

En plus, le métabolisme physiologique évolue avec l'âge – des symptômes de carences peuvent ainsi se manifester en cas d'apports nutritionnels insuffisants. Outre des conseils nutritionnels personnalisés, le droguiste peut donc proposer une supplémentation de sels minéraux et d'oligo-éléments. L'important, c'est que le droguiste connaisse tout le spectre du traitement et soit bien conscient des consé-

## Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* de janvier/février se penche aussi sur les **sels minéraux**.

quences potentielles de dénutrition chez les seniors, afin de pouvoir les envoyer à temps consulter leur médecin.

## Reconnaître les symptômes

Si l'on ne cherche pas spécifiquement des carences nutritionnelles, on ne les constate souvent que lorsque'il est trop tard. Raison pour laquelle un dépistage précoce est très important. Pour ce faire, il est judicieux de procéder à un bilan nutritionnel. Autrement dit, demander à la personne de noter tout ce qu'elle mange chaque jour. Il faut aussi tenir compte de ses maladies, qui peuvent constituer des facteurs de risque de malnutrition. Des ongles cassants, des cheveux ternes, une peau sèche et une urine très concentrée peuvent être des symptômes de carences alimentaires ou d'apports hydriques insuffisants. Chez les seniors, les symptômes extérieurs de dénutrition se manifestent notamment par une perte de poids et une diminution de la force musculaire. Ce qui se traduit par exemple par un relâchement de la peau des joues, un renforcement des yeux, le corps qui flotte dans les habits, une mauvaise posture, un changement dans la démarche (pas plus petits) et une diminution de la mobilité.

## Principales causes de carences nutritionnelles

Une alimentation insuffisante

L'alimentation est insuffisante lorsque l'énergie ou les nutriments apportés ne suffisent pas à couvrir les besoins effectifs. On distingue d'une part les carences dues à un apport insuffisant d'énergie ou de nutriments – la personne ne consomme pas suffisamment d'aliments de tous les groupes. Et d'autre part les carences dues à une alimentation trop peu



*Non seulement l'appétit mais aussi la sensation de soif diminue au fil des ans. Pour préserver la santé des reins, il est cependant important de boire 1,5 litre de liquide par jour.*

foto1a.de



Les carences surviennent lorsque les apports énergétiques ou nutritionnels ne suffisent pas à couvrir les besoins effectifs.

variée – certains groupes d'aliments manquant partiellement ou entièrement. C'est notamment le cas chez les personnes qui ne consomment pas de fruits ou de légumes.

#### Trop peu de mouvement

Comme la mobilité diminue avec l'âge, il devient plus difficile d'acheter des produits alimentaires frais. Moins bouger signifie aussi avoir moins d'appétit. La masse musculaire qui fond peu à peu est remplacée par du tissu adipeux. Cette augmentation de la masse grasseuse favorise la résistance à l'insuline et donc les problèmes de diabète. Important: si la diminution de la masse musculaire n'est pas compensée par de la graisse, c'est souvent signe que la personne âgée a un poids insuffisant.

#### Les sensations de faim et de soif diminuent

Au 3<sup>e</sup> âge, la motilité stomacale diminue, la durée de transit des aliments s'allonge et la sensation de satiété dure donc plus longtemps. Conséquence: la personne n'a pas faim et mange moins. Quant à la diminution de la soif, elle entraîne un dessèchement de la peau et des muqueuses. Ce dessèchement est encore accentué par les changements hormonaux liés à l'âge. Le dessèchement des muqueuses de la bouche et de la gorge favorise les problèmes parodontaux, encore accentués par le port de prothèses dentaires. Autant

### Suppléments pour seniors

Concernant les suppléments pour personnes âgées, les nutritionnistes conseillent en particulier ceux contenant de l'acide folique, de la vitamine B<sub>12</sub>, du calcium et de la vitamine D – les fabricants ont élargi leurs assortiments dans ce sens. Pour compenser la diminution de l'absorption des nutriments, les apports quotidiens suivants sont recommandés:

- \* magnésium: 500 mg pour la détente
- \* vitamine B<sub>6</sub>: 20–25 mg pour la stabilité nerveuse
- \* zinc: 10–20 mg pour renforcer le système immunitaire
- \* vitamine B<sub>12</sub>: 5 g pour la formation du sang
- \* calcium: 1,5–2 g et vitamine D: 10–15 µg contre l'ostéoporose

d'éléments propres à provoquer des problèmes de mastication, une plus grande sensibilité aux infections et surtout ôter tout le plaisir de manger. Les sens du goût et de l'odorat diminuent aussi, ce qui réduit le plaisir de manger. Certains récepteurs restent cependant intacts: ceux du sucré. Ce qui favorise la prise de poids et explique pourquoi les personnes âgées préfèrent les douceurs.

#### Le métabolisme ralentit

Les carences alimentaires peuvent être en lien avec l'augmentation des maladies chroniques. L'hypertension, les allergies, l'arthrose et l'arthrite, la dépression, les migraines, l'asthme, le cancer et les tumeurs, les maladies rénales, la bronchite chronique et l'ostéoporose modifient les processus dans l'organisme en provoquant des inflammations, un ralentissement de la circulation sanguine et des lésions des muqueuses, des tissus et des vaisseaux sanguins. Les maladies du tube digestif en particulier, comme les ulcères, la maladie de Crohn, la colite ulcéreuse et le diabète entravent considérablement la résorption et l'assimilation des sels minéraux et des oligo-éléments.

#### La prise de médicaments

Les personnes souffrant de maladies chroniques doivent prendre des médicaments qui, à long terme, péjorent aussi la résorption des sels minéraux et des oligo-éléments, augmentant ainsi les besoins de l'organisme. Les médicaments ont aussi souvent des effets secondaires indésirables, comme une perte d'appétit, des troubles gastro-intestinaux, des nausées, des ballonnements, des diarrhées et une sécheresse buccale – autant de troubles qui peuvent, indirectement, favoriser des carences.

#### Dégradation physique

En général, la composition du corps se modifie avec l'âge: la teneur en eau et la masse musculaire diminuent, les fonctions immunitaires s'affaiblissent et la sensation de soif s'estompe. La diminution de la masse maigre s'accompagne d'une diminution de la force et des performances – phénomène global appelé sarcopénie. Cette dégradation de l'état général péjore la mobilité – ce qui diminue les besoins énergétiques (calories).

#### Facteurs psychiques

La dénutrition peut également être liée à des changements de l'environnement social. Le décès d'un être cher ou une séparation peuvent être à l'origine d'isolement et de dépression. Deux états d'âme qui n'incitent évidemment pas à manger avec plaisir et régulièrement et favorisent donc les carences. Si des problèmes de vision ou d'audition s'y ajoutent, les contacts sociaux deviennent franchement difficiles.

### De sérieuses conséquences

Un apport insuffisant en nutriments affaiblit le système immunitaire, ralentit la formation de la peau et des mu-

queuses, réduit la flexibilité des vaisseaux sanguins, freine la cicatrisation des plaies et réduit la stabilité des os. En conséquence, les effets des maladies chroniques s'aggravent surnoisement. La dénutrition provoque aussi des complications en cas de maladies aiguës, comme un ralentissement de la guérison des plaies, une sensibilité accrue aux infections, des pneumonies, des saignements gastro-intestinaux ou d'autres soins de longue durée en décubitus. Les problèmes mentaux s'aggravent, les cas de confusion et de démence augmentent, le risque de chute devient plus important, la durée de la convalescence s'allonge et les besoins en soin s'accroissent aussi.

### Propositions et recommandations essentielles

- › La Société suisse de nutrition recommande en premier lieu de favoriser le bien-être à table et de ne pas émettre des directives trop strictes, qui ne font que gâcher le plaisir de manger.
- › Il faudrait privilégier les aliments très riches en nutriments – de sorte qu'en cas d'apport calorique insuffisant, l'organisme reçoive au moins les sels minéraux et les oligo-éléments indispensables. Les fruits et les légumes fournissent d'importants nutriments – les prendre sous forme de jus peut être une bonne alternative en cas de problèmes masticatoires.
- › Les personnes qui ont tendance à avoir un poids insuffisant devraient veiller à consommer au moins 1500 kcal par jour – ou plus, si possible. Pour cela, elles peuvent enrichir leurs repas principaux avec des protéines, des lipides ou du sucre. En ajoutant par exemple à leurs aliments du beurre, de l'huile d'olive, du miel, de la crème ou de la poudre de maltodextrine, de protéine ou de lait. En raison de l'affaiblissement de l'activité rénale chez les seniors, les apports en protéines doivent être modérés (pas plus de 0,8 g de protéines/kg).
- › Pour préserver la fonction rénale, il est important de consommer suffisamment de liquide, soit au moins 1,5 litre d'eau minérale, de thé ou de jus de fruits ou de légumes.

### Concept thérapeutique spécifique

La prise de compléments de vitamines ou de sels minéraux (voir encadré) devrait se faire en cas de carence avérée ou sur recommandation d'un droguiste au bénéfice d'une formation complémentaire en nutrition. Le droguiste peut aussi, d'entente avec un nutritionniste, proposer une supplémentation personnalisée de sels minéraux et d'oligo-éléments ainsi qu'un concept thérapeutique spécifique. L'objectif est d'assurer des apports alimentaires et hydriques parfaitement adaptés à la situation du client, de prévenir les carences ou de combler certains manques. Rester physiquement actif, s'alimenter correctement et préserver sa masse musculaire, telles sont les conditions idéales pour pouvoir mener une vie indépendante jusqu'à un âge avancé.

Christine Funke/trad: cs

## Aliments et boissons pour la santé des seniors

### Apports quotidiens conseillés

#### Céréales, produits aux céréales et pommes de terre

env. 200 – 300 g de pain complet *ou* de pain bis

env. 200 – 300 g de pommes de terre *ou* de pâtes *ou*

env. 150 – 180 g de riz nature

#### Légumes et salade

env. 400 g de légumes, par ex. 200 g de légumes cuits et 100 g de légumes crus et une grande portion de salade

#### Fruits

env. 200 g de fruits

#### Lait et produits laitiers

Env. 200 à 250 ml de lait écrémé *ou* un yaourt (1,5 %) et deux fines tranches de fromage peu gras (env. 60 g)

#### Huiles et matières grasses

15 – 30 g de produit à tartiner (beurre, margarine) et

10 – 15 g de matière grasse pour cuisiner (huile de colza, de soja ou d'olive)

#### Boissons

Env. 1,5 litre de liquide – en particulier de l'eau, de l'eau minérale, de la tisane aux herbes, des jus de fruits ou de légumes. Avec modération: café et thé noir.

#### Viande, poisson, œufs

100 – 120 g de viande ou de poisson (poids à cru) *ou* 2 – 3 œufs

### A boire au quotidien

#### Petit-déjeuner

2 tasses de café ou de thé 300 ml

#### Matinée

1 grand verre d'eau minérale ou de jus de fruits 200 ml

#### Déjeuner

1 verre d'eau minérale, 1 assiette de soupe 200 ml

#### Après-midi

1 grande tasse de café ou de thé 200 ml

#### Soir

2 tasses de thé 300 ml

#### Soirée

1 verre d'eau minérale, du jus de fruits ou de temps en temps un verre de bière ou de vin 200 ml

**Quantité totale** 1600 ml

Source:  
Deutsche Gesellschaft für Ernährung, SSN

# Les conseils de santé reviennent avec le printemps

Le premier numéro d'«atout santé» 2013 paraîtra dès la mi-mars: la nouvelle présentation et les précieux conseils visent à mieux encore inciter les personnes actives à prendre soin de leur santé.

L'action «atout santé» a fait son chemin. Après avoir suscité un certain scepticisme à ses débuts au sein de la branche, on peut affirmer aujourd'hui, trois ans plus tard, qu'elle a fait ses preuves. Le thème de la santé en entreprise convient parfaitement à profiler la droguerie comme la première adresse de référence dans le domaine de la promotion de la santé et de l'automédication. Depuis le début de l'action, plus de 250 entreprises ont distribué les conseils de santé à leurs collaborateurs tout au long de l'année – 32 d'entre elles ont ensuite renouvelé leur commande et 22 en profiteront même pour la troisième fois déjà en 2013. Des collaborations précieuses avec des partenaires tels que vivit sa ou différentes plates-formes en ligne comme weka-personal.ch ou Messe Corporate Health Convention ont par ailleurs vu le jour. Bien que l'on ne puisse mesurer avec précision l'impact de cette action sur l'image de la droguerie, on peut admettre qu'avec un tel nombre de contacts, le jeu en vaut la chandelle. Il est donc primordial de continuer à promouvoir les thèmes de la droguerie dans le domaine de la santé en entreprise.



«Nous participons pour la troisième année consécutive et nous nous réjouissons beaucoup de recevoir les nouveaux conseils de santé 2013.»

Beatrice Landolt, responsable du personnel, Loeb SA

## Les entreprises partenaires 2013

Cette année encore, le profil des entreprises qui profiteront des conseils de santé est très varié – de la plus petite PME avec moins de cinq employés à des firmes commerciales d'envergure comme Swisscom ou Trisa SA. Beaucoup d'entre elles sont actives dans le secteur tertiaire et leurs collaborateurs travaillent donc généralement en position assise ou debout la majeure partie du temps. Les personnes exerçant un travail physique plutôt lourd à l'extérieur sont en revanche



«Nos collaborateurs sont notre bien le plus précieux. Nous considérons donc qu'il est de notre devoir, en tant qu'employeur, de préserver et de promouvoir leur santé.»

Marco Müller, responsable des ressources humaines, Trisa SA

peu représentées dans la clientèle d'«atout santé». Cette tendance s'est dessinée dès le début de l'action en 2009 et s'est accentuée d'année en année.

En 2013, c'est une cinquantaine d'entreprises qui transmettront les conseils à plus de 20 000 collaborateurs au total. Les conseils de santé paraîtront en outre sous forme condensée dans le magazine «Context», publié par la plus grande organisation professionnelle suisse des employés de commerce. Chaque numéro d'«atout santé» devrait ainsi atteindre quelque 65 000 salariés.



## Les conseils de santé

Les thèmes traités s'adressent aux catégories professionnelles citées et visent à:

- › fournir des conseils pratiques pour prendre soin de sa santé,
- › inciter les personnes actives à agir de manière préventive et responsable pour leur santé,
- › s'interroger sur la prévention et la responsabilité personnelle.

L'ASD livre les six numéros, comme jusqu'ici, le 15 du mois précédent.

Comme à l'accoutumée, les partenaires industriels ont la possibilité d'insérer un ou deux bons pour une offre promotionnelle en rapport avec le thème de la brochure – pour atteindre ainsi directement leur public-cible. Car les conseils de santé sont distribués à l'ensemble des collaborateurs dans l'enveloppe de la fiche de paie (brochure A5 format paysage) ou via newsletter, intranet ou e-mail (PDF interactif).

Anania Hostettler / trad: IS



«Nous attachons beaucoup d'importance à la santé et à la bonne forme de nos collaborateurs. C'est pourquoi nous mettons chaque mois les conseils d'atout santé à leur disposition sur notre réseau intranet.»

Manuela Stauffer, responsable des ressources humaines, Office fédéral du logement

Présentation plus attrayante, contenus plus ciblés: les nouveaux conseils de santé répondent encore mieux aux attentes des professionnels.

## Les thèmes 2013

### AVRIL

Bouger au travail

### MAI

Le dos – un soutien de taille

### JUIN

Alimentation – la santé de l'intérieur

### SEPTEMBRE

Défenses immunitaires – les renforcer à temps

### OCTOBRE

Efficacité – se concentrer au quotidien

### NOVEMBRE

Sécheresse oculaire – prévenir et soigner



## Gene lügen nicht!

**Gesunde Ernährung und Bewegung sind Voraussetzungen für Gesundheit und Wohlbefinden. Doch die Rolle der Veranlagung zu Übergewicht wird von der Medizin zunehmend anerkannt. Dank moderner Gendiagnostik wird es einfacher, die passende Diät zu wählen, um Gewicht zu verlieren.**



Jedes fünfte Kind, jede dritte Frau und jeder zweite Mann in der Schweiz ist übergewichtig oder adipös. Hierzulande können gegen 30 Prozent der gesamten Kosten des Gesundheitswesens auf ernährungsabhängige Krankheiten zurückgeführt werden.

Die Frage nach dem richtigen Körpergewicht beschäftigt viele Menschen. Gemäss einer von 2006–09 durchgeführten Studie des Institute of Communication and Health (Univ. della Svizzera Italiana) wird Übergewicht von der Bevölkerung als drängendstes soziales Problem wahrgenommen. Fast die Hälfte der Befragten sind der Meinung, dass gegen Übergewicht aktiv vorgegangen werden muss.

### Neigung zu Übergewicht trotz Bewegung

Der Lebensstil ist ein wichtiger Risikofaktor für Übergewicht, doch auch die Rolle der genetischen Veranlagung wird immer deutlicher. Wissenschaftler gehen davon aus, dass in etwa 70 Prozent aller Fälle, die Neigung zu Übergewicht genetisch bedingt ist.

Manche Menschen bleiben auch bei einem dauerhaft ungesunden Lebensstil schlank, während andere auch bei einer mässig gesunden Ernährung leicht übergewichtig werden. Manche nehmen bei einer Ernährung mit hohem Fettgehalt deutlich mehr zu als andere, bei denen der Fettgehalt keine bedeutende Rolle zu spielen scheint. Einige Personen verlieren bei regelmässigem Sport sehr schnell an Gewicht, während andere mit demselben Einsatz kaum eine Veränderung feststellen. All diese Unterschiede liegen in der genetischen Veranlagung der Menschen.

#### Reminder: ProGenom Drogerie Forum Zürich

Am 23. Januar, 14.00 Uhr, findet im Zunfthaus zur Saffran in Zürich das Forum «ProGenom DNA-Analysen für Gewicht und Sport» statt. Die Teilnahme ist gratis, die Teilnehmerzahl limitiert.

Anmeldung unter: 0800 77 77 70 oder [info@seefeld-akademie.ch](mailto:info@seefeld-akademie.ch)

Teilnehmende Drogisten/-innen erhalten für diesen Kurs im Rahmen der obligatorischen Fort- und Weiterbildung des SDV 2 Punkte.

Die moderne Gendiagnostik von ProGenom ist aufschlussreich. Das Analyseergebnis liefert Hinweise zum Risiko, an Übergewicht oder gar Adipositas zu leiden. Zudem liefert es Anhaltspunkte, welche Methoden (Kontrolle von Fett- oder Kohlenhydrat-Gehalt in der Ernährung, Form von sportlicher Aktivität/Kalorienreduktions-Diät)erfolgsversprechend sind, um Gewicht zu verlieren und das Normalgewicht zu halten. Auf Grund dieser Informationen lässt sich dann der optimale Diätplan zusammenstellen.

Jeder Mensch ist ein Individuum. Deshalb ist es wichtig herauszufinden, wo die genetischen Schwächen liegen und wie man genetische Stärken nützen kann, um eine gesunde und lange Lebensqualität zu erhalten. Gene lügen nicht!

ProGenom Schweiz leistet mit ihren Präventions-DNA-Analysen – zur Reduktion von Übergewicht – einen wesentlichen Beitrag zu einer verbesserten Lebensqualität bis ins hohe Alter.

**ProGenom Schweiz**  
Andi Limacher, COO

**PROGENOM**

**SEEFELD MEDICAL**  
ZÜRICH

## Le potentiel des pré- et probiotiques

Des cours du soir sur les produits pro- et prébiotiques ont été organisés dans dix villes suisses. Cette formation continue s'adressait en particulier au personnel des drogueries, mais aussi aux employés de pharmacie. En tout, 450 personnes y ont pris part.

Les exposés, fortement axés sur la pratique, de **Patrick Hettrich**, directeur de Biotan SA, ont permis aux participants de comprendre les liens complexes qui existent entre la flore intestinale et l'intestin. L'objectif de ces cours du soir, organisés en novembre 2012, était de mettre en évidence l'énorme potentiel des pro- et prébiotiques et de pouvoir ensuite offrir aux clients une prestation optimale. Ces cours, partie intégrante de la formation continue obligatoire de l'ASD, étaient crédités d'un point étoile-

d et soutenus par Biotan SA. Les feedbacks des participants ont été positifs – le thème ayant suscité un vif intérêt. **André Suter** (droguerie Anrig à Zurich) est persuadé que de nombreuses personnes ont des problèmes intestinaux sans même le savoir. Il lui semble donc particulièrement important de pouvoir dispenser des conseils compétents en droguerie à propos des pro- et prébiotiques. Il a expliqué, à *d-inside*, avoir participé à ce cours car il entend s'engager plus encore dans le traitement des pro-

blèmes digestifs. «Dans ce domaine, le cours de Biotan a permis d'acquérir des connaissances spécialisées de haut niveau – en particulier pour les propriétaires de droguerie, mais aussi pour les droguistes CFC. Le cours était aussi intéressant pour les personnes en formation; il est cependant utile d'approfondir ce thème en entreprise. J'aimerais qu'il y ait plus d'offres de formation de ce type», a conclu André Suter.

*Nadja Mühlemann /trad: cs*

## BIEN EMMITOUFLÉ POUR

## L'HIVER



Profitez des belles journées d'hiver pour sortir au grand air et rester en pleine forme. Notre site [vitagate.ch](http://vitagate.ch) vous explique comment prévenir les maladies et quels médicaments non soumis à ordonnance vous pouvez prendre en automédication pour vous soulager en cas de troubles bénins.



[vitagate.ch](http://vitagate.ch) – la plate-forme de santé des drogueries suisses sur internet

**vitagate.ch**

Un clic quotidien pour votre santé.



**Alcina SA**

Quand la peau est très sèche, les crèmes hydratantes n'apportent généralement qu'un soulagement passager. Car lorsque la barrière cutanée n'est plus étanche, la peau ne peut plus conserver l'humidité. Linola favorise la régénération de la barrière cutanée. La peau sèche redevient naturellement lisse et douce. Linola Lait pour le corps est facile à appliquer et pénètre rapidement. Soin intensif et quotidien pour la peau sèche, sur tout le corps et les mains.



**Merz Pharma (Suisse) SA**

Nouveau – Halibut osteo: le seul complément alimentaire qui contient une dose quotidienne de vitamine D de 800 UI. Ce qui correspond aux apports quotidiens en vitamine D recommandés par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). La vitamine D est nécessaire à la santé des os. Outre ces 800 UI de vitamine D, Halibut osteo est également riche en vitamine K (200 µg) ainsi qu'en EPA et DHA (250 mg). Vous pouvez commander Halibut ostéo dès le 28 janvier 2013 auprès de votre grossiste. [www.halibut.ch](http://www.halibut.ch)



**Mepha Pharma SA**

Xylo-Mepha: le spray nasal sans agent conservateur. Le spray nasal Xylo-Mepha dégonfle rapidement les muqueuses du nez et facilite la respiration pendant 10 heures au maximum. Grâce à son nouveau système de vaporisation 3K, qui empêche la pénétration des germes, le spray est dépourvu d'agents de conservation. Xylo-Mepha 0,1% convient aux adultes et aux enfants dès 6 ans. Veuillez lire la notice d'emballage. [www.mepha.ch](http://www.mepha.ch)

Der wirtschaftliche Gewinn unserer Genossenschaft fließt in nur eine Kasse: in die unserer Mitglieder. Und von hier wird das Geld solidarisch verteilt – in Form von Rückvergütungen, die bis zu einem Viertel Ihrer Prämien ausmachen können. Die Rechnung ist ebenso einfach wie das Sparen selbst: Je mehr Policen Sie bei uns abgeschlossen haben und je weniger Schäden Sie verursachen, desto höher fällt Ihr Bonus aus.

**Die Versicherung, die sich für Sie auszahlt. In Franken und Rappen.**

Branchen Versicherung Schweiz  
Irisstrasse 9, CH-8032 Zürich  
Telefon 044 267 61 61  
[www.branchenversicherung.ch](http://www.branchenversicherung.ch)

Branchen Versicherung  
Assurance des métiers  
Assicurazione dei mestieri

**Einfach sicher.**

**LAURETANA®**

Das leichteste Wasser Europas

**LAURETANA**

geprüft und empfohlen von Dr. Masaru Emoto



LAURETANA Kristallbild Glasflasche



LAURETANA Kristallbild PET-Flasche



# Scène d'attraction et carte de visite

La vitrine est le seul support publicitaire disponible en trois dimensions. Quelle meilleure chance pour les droguistes de se démarquer et d'attirer l'attention par une décoration toute personnelle?



Jouer sur la verticalité et la profondeur permet d'aménager une vitrine plus vivante et attrayante que si la décoration est uniquement horizontale.

«La consommation est une mise en scène. Le théâtre de la consommation est fait d'estrades, de décors et de régisseurs. Le shopping est une célébration. L'envie du public de pénétrer dans des lieux et s'immerger dans des événements reste intacte», affirme Peter Sloterdijk. Tel est le message de ce philosophe de renom sur l'avenir de la consommation, exprimé devant un parterre de représentants commerciaux lors d'un séminaire international.

Si ses thèses s'avèrent justes, les enseignes du commerce de détail pourront continuer à courtiser leurs clients en trois dimensions en misant sur la vitrine, toujours destinée à capter le regard. Sa mise en valeur, en revanche, a évolué au fil du temps. Les grandes filiales ont tendance à privilégier une présentation uniforme, au détriment de l'individualité. Parfois elles préfèrent aussi laisser cet espace libre, pour permettre aux passants de regarder à l'intérieur du magasin. Les autres propriétaires de magasins ont donc une grande marge de manœuvre pour se démarquer et imaginer une décoration de vitrine originale, qui reflète leur personnalité et permette d'attirer l'attention, rappelle **Kurt Zeltner**, directeur et propriétaire de l'entreprise Hoogstraal Ladenbau SA à Jona. Il souligne: «Ceux qui souhaitent se démarquer et signaler les atouts de leur entreprise aux consommateurs sont obligés de passer par une mise en scène visuelle.» Il reste donc indispensable de réussir sa décoration de vitrine. Pour se distinguer de ses concurrents, le commerce spécialisé traditionnel doit même se concentrer tout particulièrement sur la présentation visuelle, selon ce professionnel de l'aménagement de magasins. Les commerces indépendants gérés par leurs propriétaires investissent cependant avec prudence dans la présentation des marchandises, remarque-t-il.

## Sobriété recommandée

Mieux vaut être prudent avec les décorations colorées et tape-à-l'œil; elles conviennent mieux pour un magasin de jouets, une boutique de mode ou une bijouterie. Pour les magasins de santé, mieux vaut opter pour la sobriété. La plus grande erreur consistant à remplir jusqu'au dernier recoin de la vitrine. Une autre mala-

dresse consiste à placer la marchandise et les articles de décoration uniquement sur le sol de la vitrine, de manière horizontale. Lorsqu'on déambule dans les galeries marchandes, on en trouve malheureusement de nombreux exemples. **Paul Märki**, Key Account Manager chez Umdasch Shopfitting SA Suisse, énonce les principales erreurs à éviter:

## Pièges et astuces

1. Une erreur courante: des panneaux d'affichage, présentoirs ou boîtes de produits trop nombreux à proximité de l'entrée empêchent de voir à l'intérieur du magasin. Or la vitrine devrait au contraire inciter à entrer dans le magasin. Le regard doit pouvoir porter jusqu'au fond du local.
2. Une conception verticale est plus vivante et attrayante qu'une décoration qui s'étale sur toute la largeur de la vitrine.
3. Lorsqu'on présente des produits de prix avantageux, il est bon de disposer beaucoup de marchandise. En revanche, si la publicité est plutôt axée sur le luxe et sur une qualité exclusive, mieux vaut mettre les produits en valeur isolément, comme des produits de choix. Les messages sont souvent contradictoires à cet égard.
4. Les articles présentés en vitrine doivent être facilement repérables dans le magasin. La vitrine ne doit pas être un secteur sans connexion avec le reste du magasin.
5. Il est important d'adopter une ligne claire. Les clients doivent pouvoir se représenter très rapidement les effets et l'utilité d'un produit.
6. La vitrine n'est qu'un élément partiel d'un concept d'aménagement global. Dans l'idéal, elle contribue à positionner le point de vente en tant que marque.

## Conflits d'intérêts

Plusieurs facteurs peuvent entraver l'aménagement personnel de la vitrine. Il peut notamment y avoir conflit d'intérêts entre un décor de qualité — visant à mettre en valeur les qualités particulières du magasin — et les objectifs des fournisseurs. Car les campagnes publicitaires centralisées dictent la présentation des produits dans tous les canaux; la vitrine se contente ainsi de faire écho à la campagne de promotion diffusée dans les médias électroniques et imprimés. Les nombreuses affiches et supports publicitaires pour vitrines, parois murales et comptoirs en sont les instruments — et se noient souvent dans la masse.

Les magasins spécialisés implantés à l'échelle locale, comme les drogueries, devraient s'efforcer de se faire une place spécifique sur le marché par d'autres moyens. Paul Märki évoque notamment les spécialités maison ou une offre de prestations originales. Une vitrine réussie constituant en quelque sorte la cerise sur le gâteau. Souvent, le travail quotidien en magasin laisse peu de temps pour soigner la présentation des marchandises en vitrine. Il est alors plus facile de confier la tâche aux entreprises d'aménagement qui travaillent souvent à la solde des partenaires industriels. Beaucoup complètent cependant le matériel de promotion et ajoutent des accessoires. Certains droguistes confient même la décoration de la vitrine à leurs collaborateurs durant l'Avent. «Décorer la vitrine avec goût est une activité qui change du travail quotidien, très appréciée des collaborateurs», relève **Maja Fabich**, propriétaire de la droguerie Stutz à Sarmenstorf (AG). Elle se fie au sens esthétique de son équipe. Car les décorateurs professionnels sont devenus rares et chers.

## Vitrines numériques ou analogiques

Kurt Zeltner évoque lui aussi un conflit d'intérêts entre le commerce et l'industrie. Chaque magasin doit néanmoins s'efforcer d'exploiter pleinement la marge de manœuvre dont il dispose pour la décoration. A cet effet, il recommande d'adopter la conception suivante: «Le produit X est l'hôte de la droguerie Y». Cette perspective éveille la curiosité et permet d'établir un lien non seulement

avec les articles présentés, mais aussi avec les conseils proposés dans la droguerie. La vitrine reste selon lui la principale passerelle en trois dimensions entre le client et la distribution.

Les décorateurs et les professionnels du secteur de l'aménagement commercial sont convaincus que les médias électroniques prendront plus de place dans le domaine de l'aménagement/conception des magasins. Les émissions de santé à la télévision occupent déjà une place déterminante dans le calendrier du marché de la santé. «Après la diffusion d'une émission de santé grand public, il est bon de discuter au sein de l'équipe des thèmes traités et de se préparer aux questions», recommande Paul Märki.

Les téléphones mobiles intelligents aux fonctionnalités multiples constituent également un nouveau défi, relayant la présentation des marchandises en trois dimensions. Les fameux «digital natives» (littéralement «nés dans le numérique») surfent dans l'univers des marchandises via le shopping online et à l'aide des applications («apps») de leur choix. Les smartphones deviennent ainsi des vitrines numériques. A en croire la littérature spécialisée, cependant, les magasins et boutiques peuvent reconquérir le client et l'attirer à nouveau en magasin pour autant qu'ils combinent habilement les vecteurs de messages en 2D et en 3D.

## Décoration professionnelle: combien ça coûte?

Pour décorer tous les deux mois un point de vente disposant en moyenne de trois fenêtres et une surface de neuf mètres il faut compter un budget de 1000 francs environ. Le coût de la décoration varie en fonction de différents éléments: la nature et l'agencement des éléments de décoration, le temps de travail requis, les matériaux et, bien sûr, le recours à un professionnel, ainsi que les éventuels travaux préparatoires ou de désinstallation.

Le jeu en vaut la chandelle: la décoration de vitrine ne doit pas être considérée comme un moyen instantané de renforcer les ventes, mais comme une mesure à long terme, qui s'ajoute au concept publicitaire global de la droguerie.

Manuel Fischer / trad: Is

# Mauvaise ambiance au travail: que faire?

Sur le plan professionnel, la concurrence et les jalousies rendent la collaboration de plus en plus difficile et le quotidien invivable. Au lieu d'unir leurs forces, les employés travaillent souvent de manière à contrer les activités de leurs collègues. De quoi générer un climat délétère tout en nuisant aux prestations professionnelles.

«J'ai des problèmes avec ma collègue depuis longtemps. Elle me traite comme si je ne comptais pas et ne me tient pas informée des événements importants à venir. Parfois, elle dit du mal de moi à notre patron et me met les erreurs sur le dos. J'en ai déjà parlé à mon supérieur. Il m'a répondu que je suis trop sensible et que je me fais des idées. En plus, il prétend que j'ai effectivement commis des erreurs à plusieurs reprises, ce qui est complètement faux. Que puis-je faire?»

Il est important que vous réagissiez encore une fois en essayant de discuter avec votre supérieur et les autres collaborateurs. Si vous avez peur, je peux vous soutenir dans cette démarche. La prise de contact avec un médecin, un psychologue ou un centre de conseil spécialisé dans le mobbing peut aussi s'avérer utile.

Les preuves de mobbing étant particulièrement difficiles à apporter, je vous conseille de tenir un journal où vous noterez tout ce que vous subissez, en mentionnant la date

et l'heure de l'événement, ainsi que les autres personnes présentes qui ont pu y assister. Ceci peut être très utile si un jour vous vous engagez sur la voie juridique.

**«Tenez un journal de mobbing dans lequel vous inscrirez les faits, la date, l'heure et les témoins.»**

*Regula Steinemann, avocate et directrice de «Employés Drogistes Suisse»*

## Des mesures anti-mobbing

Si les résultats se font attendre, je vous conseille alors d'écrire une lettre où vous demandez à votre employeur de prendre des mesures contre le mobbing que vous subissez. Il a un devoir de prévoyance et d'assistance à votre égard et est tenu de tout faire pour résoudre les conflits. Il est responsable de votre santé physique et psychique. Il faut remettre cette lettre à votre employeur et lui demander une confirmation de réception de votre courrier.

S'il arrive qu'un employeur licencie un employé victime de mobbing, ce dernier doit être en mesure de prouver qu'il s'agit d'un licenciement abusif. En cas de recours juridique, les preuves et les témoignages sont indispensables.

## Agir à temps

Si la situation dégénère et que l'employeur ne réagit pas, nombreux sont les employés qui décident de démissionner. Et, au moment de percevoir les allocations de chômage, la caisse cantonale de chômage considère alors souvent cette situation comme liée à la propre initiative de la personne, qui peut donc se voir frappée de jours de suspension (jusqu'à 60 jours), pour autant qu'elle ne soit pas en mesure de prouver qu'il était impossible de rester sur son lieu de travail. Vu le côté radical de ce genre de mesures, mieux vaut agir en amont et consulter un médecin en lui faisant un compte rendu de la situation. En pratique, malheureusement, les employés attendent souvent trop longtemps et finissent par devoir être mis en congé maladie – souvent pendant très longtemps. Un seul conseil: agissez vite et bien, et prenez contact avec nous. C'est très volontiers que nous vous aiderons et que nous vous soutiendrons pendant cette période difficile.

*Regula Steinemann / trad: dg*



**Regula Steinemann**, avocate et directrice de «Employés Drogistes Suisse»

*Cette page est ouverte à «Employés Drogistes Suisse». L'avis de l'auteur ne doit pas coïncider avec celui de la rédaction.*

[www.drogisten.org](http://www.drogisten.org)

## Vos rendez-vous en 2013

Pour vous aider à planifier vos rendez-vous, voici les principales manifestations importantes pour la branche de la droguerie prévues en 2013.

### ASSOCIATION SUISSE DES DROGUISTES (ASD)

17.4	Conférence des présidents séance de printemps
Juin	Lancement de la série de cours «Acné, stress et peines de cœur»
11.9	Conférence des présidents séance d'automne
15.11	Assemblée des délégués

### ÉCOLE SUPÉRIEURE DE DROGUERIE (ESD)

14.3	Journée de discussion pour répondre aux questions relatives aux matières de l'examen d'admission à l'ESD
27.3	Examen d'admission pour le cycle 2013 - 2015
4.7	Cérémonie de remise des diplômes au château de Neuchâtel
19.8	Début du cycle 2013 - 2015
4.11	Journée d'information sur l'examen d'admission pour le cycle 2014 - 2016

### MANIFESTATIONS POUR LES PROS

13-16.2	Vivaness, Salon de la cosmétique naturelle et du wellness, Nuremberg, Allemagne, <a href="http://www.vivaness.de">www.vivaness.de</a>
2 - 3.3	19 <sup>e</sup> Beauty Forum Swiss, Foire de Zurich, <a href="http://www.beauty-forum.ch">www.beauty-forum.ch</a>
21 - 24.3	Mednat, Salon des médecines naturelles et de l'agriculture biologique, Beaulieu Lausanne, <a href="http://www.mednatexpo.ch">www.mednatexpo.ch</a>
9 - 10.4	3. Corporate Health Convention, Congrès spécialisé dans la promotion de la santé en entreprise et la démographie, Foire de Zurich, <a href="http://www.corporate-health-convention.ch">www.corporate-health-convention.ch</a>
14 - 16.5	Vitafood International, Exposition et congrès les ingrédients pour nutraceutiques et prestations annexes, Palexpo Genève, <a href="http://www.vitafoods.eu.com">www.vitafoods.eu.com</a>
18 - 20.8	Ornaris, Salon tendances et nouveautés, BernExpo, <a href="http://www.ornaris.ch">www.ornaris.ch</a>
18 - 21.9	Expopharm, Foire professionnelle pour les produits pharmaceutiques, Düsseldorf, <a href="http://www.expopharm.de">www.expopharm.de</a>
28 - 30.9	Vista Expo, Bern, <a href="http://www.vistaexpo.ch">www.vistaexpo.ch</a>
Octobre	IFAS, Salon spécialisé du marché de la santé, Foire de Zurich, <a href="http://www.ifas-messe.ch">www.ifas-messe.ch</a>
Novembre	IFAS Romandie, Salon du marché de la santé, Beaulieu Lausanne, <a href="http://www.ifas-expo.ch">www.ifas-expo.ch</a>



*En tant que membre, vous bénéficiez d'un soutien juridique en cas de problème.*



# Flash

Délai d'insertion pour la  
prochaine édition: 29 janvier 2013

Envoyer les annonces (uniquement par voie  
électronique) à: inserate@drogistenverband.ch

www.droguerie.ch

## Le marché de l'emploi de la branche suisse de la droguerie

### Nouveaux membres

Demandes d'adhésion à une section de l'ASD:

#### RECTIFICATIF

Dans la dernière édition, Monsieur Bruno Schaller était désigné par erreur comme directeur de la Pedro-Droguerie Durtschi. Nous en sommes désolés et republions la demande avec les données correctes:

#### Section: BE

Hans-Rudolf Durtschi,  
Pedro-Droguerie Durtschi, Blumensteinstr. 5, 3665 Wattenwil

#### Section SG/TG/AR/AI

Saskia Nufer,  
Droguerie Walhalla AG, Windegg 1, 9100 Herisau

Les oppositions doivent être adressées dans les 14 jours au comité central de l'ASD, case postale 3516, 2500 Bienne 3.

#### Zürich

Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir nach Vereinbarung

**eine/n Drogist/in 80 % - 100 %** im quirligen Kreis 4.

**Sie** arbeiten mit einem jungen, motivierten Team zusammen. Sie möchten Ihr Fachwissen im Pharma-Bereich ausdehnen. **Wir** bieten Ihnen sehr gute Sozialleistungen. Jeden 2. Samstag frei. 5 Wochen Ferien.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Wengihof Apotheke & Droguerie AG, Kernstr. 8, 8004 Zürich  
Herr D. Reitzer oder Frau N. Kemmler  
e-mail: wengihof@bluewin.ch  
Telefon 044 240 23 33, Fax 044 240 23 34

Gut vernetzte Droguerien =  
spannende Arbeitsplätze!

Wir sind Partner der swidro



Die Droguerie mit den attraktivsten Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukten.

Der Storch ist übers Engadin geflogen.

Wir suchen per:

**1.3.2013 ein/-e Drogist/-in 80-100 % in Scuol**

**1.5.2013 ein/-e Drogist/-in 100 % in Samedan**

#### Ihr Aufgabengebiet:

– Topberatung unserer Kundschaft sowie Touristen im Bereich des klassischen Drogueriesortiments, Kosmetik, Reformprodukte (Samedan) sowie Spagyrik, Schüssler und Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukte

– Bestellwesen

#### Anforderungsprofil:

– Drogist/-in EFZ

– Freude an der Beratung und der Warenbewirtschaftung

Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung per Post oder per Mail an:

#### Drogaria Mosca

Isabella Mosca  
Stradun  
7550 Scuol  
Telefon 081 860 03 70  
i.mosca@drogaria-mosca.ch

www.drogaria-mosca.ch

#### Drogaria Mosca

Lena Buchli-Zimmerli  
Plaz  
7503 Samedan  
Telefon 081 852 48 95  
l.zimmerli@drogaria-mosca.ch



Die Droguerie mit den attraktivsten Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukten.

Wir suchen per:

**1.4.2013 ein/-e Drogist/-in HF in St. Moritz**

#### Ihr Aufgabengebiet:

– selbständige Führung der Filiale in St. Moritz.

Wir führen neben dem klassischen Drogueriesortiment, ein breites Kosmetiksoriment, sowie Spagyrik, Schüssler und Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukte

– Bestellwesen

#### Anforderungsprofil:

– Drogist/-in HF

– Freude an der Selbständigkeit und am Beraten einer internationaler Kundschaft

Ich freue mich auf Ihre schriftliche Bewerbung per Post oder per Mail an:

#### Drogaria Mosca

Isabella Mosca  
Stradun  
7550 Scuol  
Telefon 081 860 03 70  
i.mosca@drogaria-mosca.ch  
www.drogaria-mosca.ch



Per 1. März 2013 oder nach Vereinbarung  
suchen wir eine erfahrene



**Drogistin (100%)**

#### SIE

- sind selbstständig, aufgestellt, zielgerichtet und motiviert
- haben grosses Interesse an Naturheilmittel (Schüssler, Spagyrik, Bachblüten, Ceres)
- verfügen über Depotkenntnisse (Clinique und Clarins)
- zeigen Freude am ganzheitlichen Beraten und Verkaufen
- WARIS und DROPA Kenntnisse von Vorteil

#### WIR BIETEN

- eine interessante, lebhaft und moderne Droguerie
- selbstständiges, verantwortungsvolles und abwechslungsreiches Arbeiten
- spätere Uebnahme der Stellvertreterfunktion möglich
- laufende Weiterbildungsmöglichkeiten
- ein kleines, gut eingespieltes Team, welches sich auf Sie freut

Fühlen Sie sich angesprochen? Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen. Ihr vollständiges Bewerbungsdossier senden Sie bitte an folgende Adresse:

DROPA Droguerie Cremer  
z.H. Herr Thomas Cremer  
Balgacherstrasse 203  
9435 Heerbrugg  
Telefon 071 722 22 63

dropa.heerbrugg@dropa.ch  
www.dropa.ch



Wir suchen per sofort oder nach Vereinbarung eine

**Drogist/-in 50 bis 60%** oder  
**Drogist/-in HF 50%**

Wir sind eine kleine traditionelle Droguerie in der Altstadt von Chur und haben uns auf Naturheilmittel und Hausspezialitäten fokussiert. Alle Details zur Droguerie, dem Team und unseren Ideen erzählen wir Ihnen gerne persönlich. Wir freuen uns auf Sie.

Droguerie Ullius, Andrea Ullius  
081 252 17 21 / 079 211 13 23  
ullius@droguerie-ullius.ch / www.droguerie-ullius.ch



Wir sind eine lebhaft Naturdroguerie im Zentrum von BASEL und suchen eine fachkundige und motivierte Persönlichkeit als

**Natur - Drogist/In 80-100%**

Mehr Informationen über uns und die offene Stelle finden Sie auf unserer Homepage.

**www.chrueterhuesli.ch**

Online- oder postale Bewerbungsunterlagen an:  
Droguerie zum Chrüterhüsli AG, Didier Rebetz,  
Gerbeggasse 69, 4051 Basel, info@chrueterhuesli.ch



Für unsere Droguerie in Hausen am Albis suchen wir per 1. März 2013 oder nach Vereinbarung eine motivierte und dynamische

**Drogistin (100%) mit Stellvertreterfunktion**  
die unsere anspruchsvolle Kundschaft begeistert

Wir erwarten eine zuverlässige und motivierte Drogistin, mit mindestens 2 Jahren Berufserfahrung, welche bereit ist, sich kontinuierlich weiter zu entwickeln. Sie sind eine engagierte, offene und kontaktfreudige Persönlichkeit, die gerne Verantwortung übernimmt. Zudem verfügen Sie über hohe Sozial- und Fachkompetenz (Schüsslersalze, Spagyrik, Homöopathie und orthomolekularer Medizin) sowie Eigeninitiative. Als rechte Hand des Geschäftsführers, sind sie es sich gewohnt, die Mitarbeiter zu motivieren und zu unterstützen. Wir bieten eine moderne gut frequentierte Droguerie mit grossem Komplementär- und Naturkosmetiksoriment. Wir sind ein topmotiviertes Team mit moderner Infrastruktur. Diese Stelle bietet grossen unternehmerischen Freiraum und gute Weiterbildungsmöglichkeiten. Wir bieten zudem eine marktgerechte Entlohnung mit überdurchschnittlichen Sozial- und Nebenleistungen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie Ihre Unterlagen an:

Droguerie Rütimann AG, Claudio Rütimann  
Ebertswilerstrasse 7, 8915 Hausen am Albis  
Telefon 044 764 0668, Mail: info@droguerie24.ch

Wir suchen per 1. März 2013 oder nach Vereinbarung eine motivierte und engagierte

**Drogistin 100%**



#### SIE

- sind eine Powerfrau und haben einige Jahre Berufserfahrung
- sind bereit Verantwortung zu übernehmen
- haben Interesse an Naturheilmittel
- sind flexibel betreffend Arbeitszeiten
- haben ein Flair für Kosmetik und kennen diverse Kosmetikdepots wie Estée Lauder, Clinique, Kanebo, Clarins, Lancôme,
- sind kompetent in der Beratung und im Verkauf
- haben Propharma-Kenntnisse

#### WIR BIETEN

- eine moderne Droguerie in einem Einkaufscenter
- fortschrittliche Anstellungsbedingungen
- Freiraum für Planung und Umsetzung
- attraktive Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten

Sie sind interessiert und fühlen sich angesprochen? Dann freuen wir uns, Sie kennen zu lernen. Ihre schriftliche Bewerbung mit den üblichen Unterlagen richten Sie bitte an:

#### IMPULS DROGERIE MOSER

Christoph Moser  
Bahnhofstrasse 7, 5610 Wohlen

Telefon 056 622 14 91  
moser@impulsdroguerie.ch, www.impulsdroguerie.ch



Die Schwabe Gruppe Schweiz besteht aus den Unternehmen Omidia, Piniol und Schwabe Pharma. Die Unternehmung ist ein wichtiger Partner für Ärzte, Apotheken, Drogerien und Therapeuten im Komplementärmedizinischen Bereich. Für einen effizienten und modernen Kundendienst suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung eine(n)

**Teamleader/in Kundendienst 100%**

**Ihr Aufgabengebiet umfasst:**

Sie übernehmen die organisatorische Verantwortung für einen erstklassigen Kundendienst in einer aufstrebenden Unternehmung. Dabei führen und motivieren Sie sechs dynamische Mitarbeitende und planen deren verschiedenen Aufgaben und Einsatzpläne. Sie gewährleisten zusammen mit Ihrem Team eine reibungslose Verarbeitung der Bestellungen und sind Schnittstelle zwischen Unternehmung und Kunden. Zu Ihrem Aufgabengebiet gehören weitere Spezialaufgaben wie zum Beispiel die Bearbeitung der Beanstandungen und die Meldungen bei Grossisten betreffend neuer Produkte.

**Ihre Qualifikationen sind:**

In Ihrer vielseitigen Funktion sind Organisationsgeschick und eine dienstleistungsorientierte Grundhaltung gefragt. Sie packen Ihre Arbeit leidenschaftlich und hoch motiviert an und gewinnen Ihre Mitarbeitenden und Ihre anspruchsvollen Kunden durch Ihre überzeugende, kommunikative Ausstrahlung. Sie haben eine Ausbildung als Drogist/in oder Pharma-Assistent/in und kennen dadurch die Anliegen unserer Kundschaft. Weiter haben Sie bereits als Geschäftsführer-Stellvertreter/in oder in ähnlicher Position Team- und Ferieneinteilungen vorgenommen. Idealerweise haben Sie bereits eine weiterführende Ausbildung wie zB. Handelsschule abgeschlossen. Zudem beherrschen Sie neben der deutschen Muttersprache Französisch in Wort und Schrift, weitere Sprachen wie Italienisch sind ein zusätzlicher Vorteil.

**Wir bieten Ihnen**

Ein kooperatives Umfeld mit innovativen Produkten. Eine entwicklungsfähige Stelle mit nicht alltäglichen Aufgaben, bei welcher Sie viel Eigeninitiative und Kreativität einbringen können.

Gute Verdienstmöglichkeiten und fortschrittliche Sozialleistungen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie bitte Ihre kompletten Bewerbungsunterlagen per Post oder Mail direkt an unsere Personalleiterin Frau Sandra Käch.

Schwabe Gruppe Schweiz  
Sandra Käch  
Erlistrasse 2  
6403 Küsnacht am Rigi  
Telefon 041 854 18 19  
sandra.kaech@schwabegruppe.ch



**DrogistIn HF (100%)  
versch. Standorte  
Deutschschweiz  
Drogerie Sanovit**

An mehr als 65 Standorten in der gesamten Schweiz sorgen über 11'000 MitarbeiterInnen in den unterschiedlichsten Funktionen für eine einzigartige Einkaufsatmosphäre. Für unsere Kunden entdecken, leben und vermitteln wir Stil zu einem erschwinglichen Preis. Für mehrere Warenhäuser in der ganzen Schweiz suchen wir kompetente Sanovit Leiter/innen.

**Ihre Aufgaben:**

- Sie übernehmen die Verantwortung für sämtliche Verkaufsaktivitäten in der Sanovit-Drogerie
- Sie sorgen für ein nachhaltiges Personalmanagement Ihrer Mitarbeitenden
- Sie wenden die zur Verfügung stehenden Arbeitsinstrumente kompetent und konsequent an

**Sie bringen mit:**

- Abgeschlossene Ausbildung zur Dipl. Drogistin HF
- Führungsqualität und Improvisationstalent und Freude an herausfordernden Fragestellungen
- Sie treten stilvoll auf und haben Freude an Lifestyle

**Wir bieten Ihnen:**

- Ein vielfältiges und herausforderndes Aufgabengebiet (Kunden, Produkte, Mitarbeitende)
- Eine Führungsfunktion mit einem hohen Mass an Verantwortung
- Eine kollegiale Arbeitsatmosphäre mit kurzen Kommunikationswegen

Wollen Sie Stil vorleben? Dann freuen wir uns auf Ihre Online-Bewerbung.

**MANOR ist mit einem Umsatz von rund 3 Mrd Franken die grösste Warenhauskette der Schweiz. Als dynamischer Multispezialist ist Manor in den Bereichen Non-Food, Food und Restaurants tätig.**

Manor HR Operations  
Peter Ballmer

Manor AG  
www.manor.ch



# Tribune du droguiste

Les thèmes qui pourront intéresser vos clients en février. En cas de grippe, vaut-il mieux rester au chaud à la maison ou peut-on quand même aller travailler? Quelle est la différence entre une grippe et un refroidissement? Comment procéder pour éternuer et se moucher correctement? Et surtout, que faire pour guérir au plus vite? Nous répondons à toutes ces questions sur le thème des refroidissements.

**Des carences malgré l'abondance**

Notre alimentation a beau être riche et variée, les carences en sels minéraux sont très fréquentes. Découvrez comment prévenir les méfaits des «pilleurs» de substances vitales.

**Des boutons gênants**

Lorsqu'il fait froid et que notre système immunitaire est affaibli, le risque d'herpès labial augmente. On peut heureusement pré-

venir l'apparition de ces vésicules gênantes. Et si ça ne suffit pas, une seule solution: agir au plus vite!

**Des régimes (trop) prometteurs**

Perdre du poids peut avoir des effets très bénéfiques. Malheureusement, de nombreux régimes ne sont que des miroirs aux alouettes. Nous présentons un aperçu des régimes les plus aberrants.

**Un zeste de douceur**

Le massage selon la méthode Bowen a beau être doux, il se révèle très efficace. Bettina Keller, spécialiste de la méthode Bowen, nous en dit plus sur cette thérapie encore peu connue en Suisse.



**B'Onaturis ein/e Aussendienstmitarbeiter/in (80-100%)**

**Ihr Profil:**

Als einsatzfreudige und dynamische Drogistin, Pharmaassistentin oder Naturärztin verfügen Sie über einen Ausbildungsabschluss. Sie haben ein ausgesprochenes Interesse an der Phytotherapie und allgemein an Naturheilmitteln. Sie schätzen den Kontakt mit einer professionellen Kundschaft und sind eine begabte Geschäftsfrau. Ihr guter Auftritt, Ihr Gefühl für zwischenmenschliche Kontakte und Ihre kommunikativen Fähigkeiten sind Ihre Stärken. Sie können sich gut organisieren und schätzen selbständiges Arbeiten. Sie besitzen einen Führerschein und lange Anfahrtswege schrecken Sie nicht ab. Erfahrung im Aussendienst oder im Verkauf wäre von Vorteil.

**Wir bieten Ihnen:**

- Einen interessanten Arbeitsplatz der es Ihnen erlaubt den Kontakt mit Drogisten und Apothekern der deutschen Schweiz zu pflegen.
- Die Möglichkeit dank unseres breiten Sortiments an natürlichen Produkten Ihre Kenntnisse zu erweitern.
- Eine abwechslungsreiche Arbeit in einem jungen und dynamischen Unternehmen.
- Ein Ihrem Einsatz entsprechendes Honorar.
- Ein Firmenfahrzeug zu Ihrer Verfügung.

Sind Sie interessiert?

Senden Sie einen kurzen Lebenslauf, ein Motivationsschreiben und Fotografie bis am 28. Februar 2013 an:

B'Onaturis SA  
David Willemin  
CP 90  
2800 Delémont

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich an:  
David Willemin - Tel. 032 423 00 25 - david.willemin@bionaturis.ch

**Gesund einkaufen, gesund leben!**

In unsere lebhafteste Drogerie in Wil suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung eine/einen

**Drogistin/Drogisten(100%)**

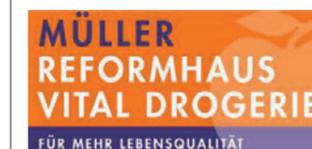
...die/der mit Freude und Kompetenz unsere Kunden begeistert.

Gesunde Ernährung und natürliche Heilmittel spielen in Ihrem Leben eine sehr wichtige Rolle. Der Umgang mit Menschen bereitet Ihnen Freude. Um unsere Kunden kompetent und fachkundig beraten zu können sind Sie bereit, sich neues Wissen anzueignen. Sie sind flexibel, kreativ und setzen Ideen gerne in die Tat um.

Interessiert?

Wenn Sie in einem positiven Umfeld Ihre Qualitäten und Ihr Engagement einbringen möchten, dann freut sich Bernadette Grünenfelder auf Ihre Bewerbungsunterlagen.

Herzlich willkommen!



**MÜLLER Reformhaus  
Vital Shop AG**  
Ob. Bahnhofstrasse 11  
9500 Wil  
071 911 20 67  
stellen@reformhaus.ch



# Daylong® La première protection solaire de Suisse.\* Depuis 20 ans

À l'occasion du vingtième anniversaire de la marque Daylong, nous avons développé un nouveau concept pour nos emballages. Ce concept souligne les valeurs de notre marque que sont la qualité, la continuité et l'identité suisse. Avec des lignes claires et des couleurs sobres et séduisantes pour garantir la reconnaissance et la confiance dans Daylong de Spirig pour les vingt années à venir.

