



d-inside

Informations professionnelles et spécialisées
de l'Association suisse des droguistes

Juin 2013

Troubles veineux: la meilleure thérapie



ESD-Cycle de formation 2014-16 Des perspectives pour l'avenir

Journée d'information

Lundi 4 novembre 2013, 14h00-17h00.
Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues.

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 13 mars 2014.

Examen d'admission

Mercredi 26 mars 2014

Début du prochain cycle

Lundi 18 août 2014

Délai d'inscription

Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au 28 février 2014.

ESD-Ausbildungszyklus 2014-16 Eine Zukunft mit Perspektiven

Informationstag

Montag, 4. November 2013, 14.00 bis 17.00 Uhr.
Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.

Prüfungsfächer

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

Besprechungstag

Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 13. März 2014.

Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 26. März 2014

Beginn des nächsten Ausbildungszyklus

Montag, 18. August 2014

Einschreibefrist

Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der 28. Februar 2014.

Les brèves

4 L'actualité de la branche

Zoom sur...

8 Les bas de compression, les meilleurs alliés des veines

Branche

5 Forum de la droguerie: les chances du marketing en ligne

6 24 ans au service de l'ESD: le couple de concierges prend sa retraite

13 Forum européen: l'avenir passe par le développement durable

15 Carte de membre ASD sur portable

19 L'assurance du personnel: une affaire de chef

21 Grand soutien aux cours pour les parents d'ados

Interview

16 Burgerstein: le savoir de trois générations

Connaissances

22 Stimuler le cerveau pour le maintenir en forme

Cours

14 Cours pour les remplacements 2013/14

26 Forum de formation sur «les messagers du corps»

Rubriques

12 Le droit au travail

27 Les produits de la droguerie

28 Le marché de l'emploi

31 De fil en aiguille



Développement durable dans la droguerie

Le forum européen «L'avenir dans le secteur de la droguerie», qui s'est déroulé fin avril à Düsseldorf, a montré que le développement durable occupera désormais une place prépondérante dans les réflexions stratégiques de la branche en Allemagne. En Suisse, le commerce de détail s'est attelé à la tâche depuis plusieurs années déjà, de manière intensive et efficace en terme d'image: d'une part en élargissant son assortiment de produits respectant ces exigences, et d'autre part en s'efforçant d'introduire des mesures telles que l'utilisation accrue d'énergie renouvelable en interne.

Mais que signifie exactement «développement durable»? Selon la définition communément admise, il doit permettre de «répondre aux besoins du présent sans compromettre la possibilité, pour les générations à venir, de pouvoir répondre à leurs propres besoins». Cette évolution est donc tout à fait du ressort de la droguerie. Qu'en est-il de votre droguerie? Cet aspect est-il pris en compte dans la composition de votre assortiment ou dans la gestion interne de votre exploitation? Pour en savoir plus sur les expériences de nos voisins allemands en matière de développement durable, rendez-vous en page 13. Découvrez également pourquoi près d'un Suisse sur cinq souffre de troubles veineux (pages 8 à 11) et pourquoi les bas de compression n'ont plus à se cacher sous des pantalons quand la température grimpe.

Prenez votre destin en main! Inscrivez-vous maintenant!

Nehmen Sie Ihre Zukunft in die Hand. Melden Sie sich jetzt an!

Inscription

à la journée d'information du 4 novembre 2013

Name / Nom:

Adresse / Adresse:

E-Mail / Courriel:

Délai d'inscription pour la journée d'information:
31 octobre 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 cpln-esd@rpn.ch www.esd.ch

Anmeldung

für den Informationstag vom 4. November 2013

Vorname / Prénom:

PLZ Ort / NPA localité:

Telefon / Téléphone:

Anmeldeschluss für den Informationstag:
31. Oktober 2013



Vos clients trouveront également des informations

passionnantes sur des thèmes en lien avec la santé sur:

www.vitagate.ch

Impressum d-inside

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, case postale 3516, 2500 Bienne 3; info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

direction: Martin Bangertler; rédacteur en chef: Heinrich Gasser (hrg); rédactrice en chef adjointe: Nadja Mühlemann (nm); Lukas Fuhrer (ful); traduction: Claudia Spätig, Daphné Grekos, Laurence Strasser, Marie-Noëlle Hofmann; annonces: Heinrich Gasser (ad interim), insestate@drogistenverband.ch; conseils spécialisés: Julia Burgener (service scientifique), Andrea Ullius (droguiste ES); mise en page: Odette Montandon Couverture: fotolia.de

Abonnements: Antonella Schiliro, téléphone 032 328 50 30, a.schiliro@drogistenverband.ch; ISSN 1662-338X; Fr. 75.-/an, 2^e 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, info@drogisten.org



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

E. Huber

Elisabeth Huber



Les Suisses plébiscitent la prévention

Un sondage le montre: la population suisse est favorable à ce que les pouvoirs publics soutiennent la promotion de la santé.

77 % des personnes interrogées dans le cadre d'un sondage représentatif réalisé par Promotion Santé Suisse sont d'avis que la Confédération et les cantons doivent mener des campagnes d'information, des programmes et des actions et apporter une contribution financière à la promotion de la santé. Selon ce sondage, sur 100 francs, la population helvète serait prête à consacrer en moyenne 51 francs à la prévention et 49 francs aux traitements. L'année dernière, les personnes interrogées n'étaient disposées à dépenser que 46 francs pour les mesures préventives, ce qui représente une différence de plus de 10 %. En Suisse romande et au Tessin, la population est beaucoup plus favorable qu'en Suisse alémanique au soutien des pouvoirs publics à la promotion de la santé. *cdp*

Rudolf Hanselmann part à la retraite



Rudolf Hanselmann, conseiller à la clientèle du secteur OTC pour Dr Wild SA, a sillonné la Suisse centrale pendant 42 ans, visitant de nombreuses drogueries et pharmacies. Le 30 avril dernier, il a passé le témoin à Michaela Bettschen, dans la région de Gossau/SG, où il a effectué les dernières visites de sa carrière en calèche. Sa célèbre formule «Schöne guete morge» qu'il avait coutume de lancer à la cantonade à son arrivée laissera une trace bien sympathique dans les esprits. Nous lui souhaitons une heureuse retraite. *cdp*

Assemblée générale de Galenica SA

Lors de la 85^e Assemblée générale ordinaire de Galenica SA, les actionnaires ont approuvé

toutes les propositions du Conseil d'administration. Le Dr Sylvie Grégoire a été nouvellement élue au Conseil d'administration. Les actionnaires ont soutenu les propositions du Conseil d'administration sur tous les points à l'ordre du jour: l'Assemblée générale a approuvé les rapports annuels et les comptes annuels 2012 de Galenica SA ainsi que du Groupe Galenica et a donné décharge aux membres du Conseil d'administration et de la Direction générale pour l'exercice 2012.

Conseil de santé 3/13 «Nourrissez votre cerveau»

Tous les jours, nous faisons le plein d'énergie en mangeant. Mais selon ce que nous avalons, quand et comment nous prenons nos repas, nous pouvons ressentir, au lieu du coup de fouet attendu, des problèmes de concentration voire des accès de mauvaise humeur. Le conseil de santé de juin vous propose donc de délicieuses recettes faciles à préparer et qui vous permettront d'améliorer vos performances. La brochure d'«atout santé» vous donne aussi de précieuses informations pour vous aider à vous alimenter sainement au travail et à utiliser les compléments alimentaires à bon escient. *red.*

Tuyaux en ligne



Pour suivre les pollens

L'application «Pollen-News» met à votre disposition les prévisions polliniques actuelles pour la Suisse et des conseils importants en relation avec l'allergie au pollen. Des relevés polliniques régionaux, des données météorologiques actuelles et des prévisions sur les concentrations polliniques permettent aux personnes allergiques de mieux évaluer la situation. Pour iPhones et Android. La plate-forme de santé des drogueries suisses, *vitagate.ch*, propose également la carte des prévisions polliniques actuelles

Suivi de séances

Utilisez votre téléphone comme entraîneur personnel et training partner! Grâce au GPS interne, Endomondo Sports Tracker enregistre vos séances de course à pied, cyclisme, randonnée, kayak, ski – ce que vous voulez! Et vous bénéficiez d'un retour audio sur votre performance pendant la séance. *endomondo.com*

L'alcool au 3^e âge

Le nouveau site «Addictions et vieillissement» propose des informations actuelles sur la thématique de l'alcool et du vieillissement. Il s'adresse aux personnes âgées, à leur entourage et à tous les professionnels qui soignent, accompagnent ou conseillent des seniors. *alterundsucht.ch*

Plébiscite des achats en magasin

Le forum de la droguerie, générateur d'idées pour l'ensemble de la branche, était consacré le 14 mai dernier aux modèles de magasins en ligne. Comment les drogueries peuvent-elles profiter du commerce en ligne et des médias sociaux?

Bonne nouvelle pour les drogueries: un sondage actuel réalisé en Suisse affirme que 57 % des consommateurs souhaitent continuer à acheter leurs produits santé et beauté en magasin, et non pas sur internet. Le commerce en ligne est pourtant en pleine croissance, mais pour ce qui est du secteur santé, le besoin d'un contact direct avec les produits et le personnel est toujours bien présent. Il en va tout autrement pour les livres, la musique ou les films, où seuls 28 % des achats se font en magasin (et 56 % sur internet). C'est le CEO d'Ocho Ventures SA, **Klaus Abele**, qui a présenté ces chiffres lors du forum de la droguerie qui s'est tenu le 14 mai à Niederbipp. Spécialiste de l'e-commerce (commerce sur internet) et des médias sociaux, il est au bénéfice d'une longue expérience dans le développement des entreprises en ligne.

Shop en ligne: des débats passionnés...

Pour ce qui est des produits issus de la droguerie, l'euphorie n'est pas vraiment de mise. Ce qui ne surprend guère Klaus Abele: car dans ce secteur, la confiance constitue un facteur essentiel. Le client apprécie aussi bien les conseils que le fait de pouvoir payer directement son article en caisse. Sans compter le fait que la plupart du temps, il a besoin d'un produit sur-le-champ et ne peut pas attendre la livraison. Toujours est-il que la question a été âprement discutée lors du forum de la droguerie: les droguistes devraient-ils proposer leurs marchandises sur internet, en parallèle à leur magasin? Quatre droguistes en ont profité pour présenter leurs shops en ligne et parler de leurs ex-

périences en la matière. Deux conclusions en ont été tirées: d'une part, la vente sur internet permet d'augmenter les revenus de la droguerie ou du groupement; mais d'autre part, il faut y investir passablement de temps.

Les participants ont ensuite discuté de l'idée d'un canal de vente englobant l'ensemble de la branche de la droguerie. Jusqu'à présent, comme l'a expliqué **Jean-Claude Clémenson**, responsable Logistics du groupe Galenica, Galaxis SA avait abandonné ce projet en raison de ses coûts trop élevés. Les experts présents lors du forum ont évalué les coûts de cette solution à 1,5, voire 2 millions de francs. **Martin Bangerter**, président et directeur de l'ASD, s'est prononcé sur la question: «Le comité central s'est réuni en 2012 pour approfondir cette idée et ne considère pas le lancement d'un shop en ligne comme une priorité parmi ses tâches.» Le président a notamment justifié cette position par les coûts d'un tel projet, trop élevés par rapport aux avantages qu'il apporterait et que l'ASD ne serait pas à même de prendre en charge. En outre, Martin Bangerter a souligné qu'il existe déjà des shops en ligne, comme ceux qui ont été présentés lors du forum.

Nouvelle clientèle grâce aux médias sociaux

Retour aux chiffres: la Suisse compte 2,9 millions d'utilisateurs Facebook, soit presque la moitié des internautes, et la tendance est à la hausse. Les tablettes et autres smartphones ont également le vent en poupe. Les médias sociaux, second sujet abordé le 14 mai, offrent ainsi d'énormes possibilités en matière d'approche de la clientèle. Ces canaux sont particulièrement efficaces pour attirer de nouveaux clients, d'après l'expérience d'**Andrea Ullius**, propriétaire de la droguerie Ullius à Coire (GR). Associé à des messages postés sur Twitter et à ses relations sur Facebook, son shop en ligne lui permet d'attirer les jeunes citadins, des personnes qui n'auraient au demeurant même pas l'idée d'entrer dans une droguerie. Pour le spécialiste internet Klaus Abele, qui fait également partie du conseil d'administration de vitagate sa, Facebook & cie ont un effet multiplicateur: utilisés à bon escient, ces médias sociaux permettent d'augmenter les visites d'un site internet et de transmettre le message de la droguerie au monde. Il conseille donc de bien soigner son profil en veillant à l'actualiser une fois par semaine. Ni plus, ni moins!



Lukas Fuhrer
Andrea Ullius, Ruedi Giger, Markus Kaufmann et Hans-Rudolf Durtschi (de g. à dr.) ont présenté leurs shops en ligne lors du forum de la droguerie sous l'œil attentif de Heinrich Gasser (2^e à g.) de l'ASD.

Lukas Fuhrer / trad: dg

Un départ qui laisse un grand vide

Jean-Claude et Myriam Mascle ont été, 24 ans durant, les bonnes âmes de l'École supérieure de droguerie ESD. Aujourd'hui, le couple de concierges part à la retraite. L'occasion de revenir sur tous les bons et loyaux services rendus à Neuchâtel – et le grand vide qu'ils laisseront.



Corinne Futterliebe

Un nouveau chapitre s'ouvre pour Jean-Claude et Myriam Mascle: ils vont pouvoir profiter d'une retraite bien méritée après 24 ans passés à l'ESD.

Jean-Claude Mascle s'en souvient parfaitement: c'est le 1^{er} juillet 1989, un lundi, que lui et sa femme ont pris leurs fonctions de concierge à l'École supérieure de droguerie (ESD) de Neuchâtel. «Dès le lendemain, nous avons dû faire appel à toutes nos ressources. Et il n'y avait pratiquement pas d'appareils... au début, nous n'avions même pas d'aspirateur», se remémore le concierge.

Quelque 24 années ont passé depuis. Les couloirs, les salles de classe et tous les autres locaux de la vénérable bâtisse sise au bord du lac de Neuchâtel sont désormais d'une propreté impeccable et le parquet au sol brille comme un sou neuf. Tout cela, étudiants, enseignants et directeur le doivent au couple de concierges. «Jean-Claude et Myriam ont élevé cette école au niveau de leurs propres standards d'ordre et de propreté. C'est leur monde, leur château», résume Beat Günther, directeur de l'ESD depuis 9 ans.

Un bon feeling avec les étudiants

La cafétéria est en pleine effervescence à l'heure du repas de midi. Entre 60 et 70 étudiants y déjeunent tous les jours. La plupart réchauffent leur dîner au micro-ondes – une acquisition du couple Mascle qui leur vaut une affection toute particulière des étudiants. Idem pour le kiosque des 10 heures que les concierges tiennent depuis quelque temps et qui propose des petits pains au chocolat, des boissons et bien d'autres friandises propres à calmer les estomacs des élèves. Mais les futurs droguistes apprécient aussi Monsieur et Madame Mascle pour leur style franc et ouvert. Lorsqu'ils les croisent, ils prennent presque toujours le temps de faire un brin de causette. Et Jean-Claude Mascle est bien connu pour ses blagues!

Myriam, éducatrice de formation, et Jean-Claude, initialement confiseur-pâtissier-chocolatier, rendent aux étudiants toute leur affection. «Nous avons un bon feeling avec ces jeunes adultes et nous sommes ouverts à leurs demandes. Si nous ne sommes pas toujours du même avis, nous pouvons discuter ensemble. De toute façon, crier ne sert à rien», souligne Jean-Claude Mascle. Lequel s'emporte quand même parfois, comme le confie Karl B. Krienbühl, vice-recteur de l'ESD. «Mais ça ne dure jamais que quelques minutes». Myriam et Jean-Claude confirment qu'en 24 ans au service des droguistes, il n'y a jamais eu de problèmes sérieux. «Il reste parfois une casserole sale à la cafétéria; mais il est inimaginable que quelqu'un mette ici le feu aux toilettes, comme cela s'est vu dans d'autres écoles.»

«Mettez-moi de l'ordre dans cet établissement!»

Grâce à ses talents manuels, Jean-Claude Mascle a réussi à entretenir les bâtiments durant toutes ces années. Lors de son engagement, il y a 24 ans, le directeur du Centre professionnel du Littoral neuchâtelois (CPLN) avait clairement exposé sa volonté au nouveau concierge: «Mettez-



Barbara Marti, professeure de pharmacologie à l'ESD

Personne n'est irremplaçable, comme on dit. Mais Jean-Claude et Myriam vont laisser un grand vide à l'ESD. Jean-Claude donnait l'impression d'être partout à la fois. Et surtout toujours de bonne humeur. Ensemble, ils ont organisé des fêtes et décoré toute l'école pour Noël: cela ne figurait certes pas dans leur cahier des charges; mais ils l'ont fait par plaisir.

Pascale Brönimann, étudiante de 2^e année à l'ESD

Le fait que Monsieur et Madame Mascle aient aménagé le kiosque des 10 heures de leur propre chef montre combien ils tiennent aux élèves. Madame Mascle travaille plus en coulisses, on peut notamment la voir nettoyer les écrans d'ordinateur dans la salle d'informatique quand tous les élèves sont déjà partis. Je pense qu'ils forment un duo impeccable. Ils faisaient tout simplement partie de la famille de l'ESD.

Tobias Neuhaus, étudiant de 2^e année à l'ESD

Jean-Claude et Myriam mettent beaucoup de cœur à l'ouvrage. Ils se sont toujours engagés pour que les étudiants bénéficient de conditions optimales hors du cadre scolaire, par exemple à la cafétéria. Durant toutes ces années, ils ont beaucoup apporté à l'école. Je leur souhaite beaucoup de joie, de chance et de bonheur.



Karl B. Krienbühl, professeur de chimie et vice-recteur à l'ESD

Je connais Myriam et Jean-Claude depuis leur premier jour à l'ESD. Nous nous voyons tous les jours et avons donc pu tisser des liens d'amitié. En cas de problème, on s'adresse à Jean-Claude: il trouve toujours une solution. Myriam aussi travaille consciencieusement, sans se faire remarquer. Il sera difficile de les remplacer. J'espère qu'ils pourront profiter maintenant d'un repos bien mérité en bonne santé.

moi de l'ordre dans cet établissement!» S'il en sourit aujourd'hui, le concierge avait alors pris ce mandat à la lettre. Il commença par repeindre tous les corridors du bâtiment principal, datant des années 40, installa de nouveaux sols et posa des planelles dans les toilettes. Il se chargea aussi lui-même de l'essentiel des travaux effectués dans le cadre de la grande rénovation de 1996. Pour le reste, il avait alors pu compter sur le soutien de 12 personnes issues d'un programme d'occupation pour chômeurs. Aujourd'hui encore, une personne du programme d'occupation prête main forte aux concierges pour abattre tout le travail quotidien dans et autour de l'établissement. Cet auxiliaire change tous les six mois. Beat Günther, directeur de l'ESD, remarque que les Mascle accueillent toujours les chômeurs comme des membres de la famille.

Cap sur la Sicile, les Grisons, le Tessin...

Les traces que laissera Myriam Mascle à l'ESD lorsqu'elle partira à la retraite fin juin sont peut-être moins visibles mais aussi profondes que celles laissées par son mari. Elle s'occupait de tous les rapports avec le CPLN, préparant notamment les documents comptables, se chargeait des achats de marchandises et tenait également le kiosque de la cafétéria à toutes les grandes pauses. Les étudiants l'y retrouveront pour la dernière fois le 28 juin. Ce jour-là, certains termineront un semestre, d'autres leurs études... et les Mascle tourneront définitivement une page de leur vie. «Il y a 24 ans, nous avons entamé un nouveau chapitre, nous allons maintenant le conclure. Et, en même temps, nous allons en ouvrir un autre», résume Jean-Claude Mascle. Les concierges sont radieux quand ils évoquent les voyages qu'ils prévoient de faire avec leur camping-car. Ils iront découvrir la Sicile qu'ils ne connaissent pas encore et sillonneront aussi la Suisse, en particulier les Grisons et le Tessin. Ils adressent leurs meilleurs vœux à leurs successeurs à l'ESD et leur souhaitent surtout, comme le dit Myriam Mascle: «De venir le cœur ouvert.»

Lukas Fuhrer / trad: cs

Grande fête d'adieux

L'École supérieure de droguerie prendra congé de ses concierges Jean-Claude et Myriam Mascle, le vendredi 28 juin. Tous les étudiants qui ont vécu l'ère Mascle et sont passés par l'ESD ces 24 dernières années sont cordialement invités. La fête d'adieux se déroulera dès 18 heures, à l'ESD.

Vous pouvez vous inscrire jusqu'au 7 juin auprès du secrétariat de l'ESD. Il est obligatoire de s'inscrire pour assister à la fête.

ESD ÉCOLE SUPÉRIEURE DE DROGUERIE
HÖHERE FACHSCHULE FÜR DROGISTINNEN UND DROGISTEN



Les meilleurs alliés des veines

Cet été, ils se déclinent de nouveau en d'innombrables variations. Rouges, violets ou verts, ultra fins, ornés de dentelles ou très mode: les bas de compression n'ont plus à se cacher sous des jupes longues ou des pantalons.

Lorsque les températures grimpent, jupes et pantalons raccourcissent proportionnellement. Pourtant, selon une enquête d'une clinique zurichoise de renom, spécialisée dans le traitement des problèmes veineux, l'arrivée des beaux jours ne fait pas plaisir à tout le monde. En effet, en Suisse, une personne sur cinq souffre de problèmes veineux qui rendent le port de bas de compression indispensable. Autant dire que c'est l'enfer quand la température frise les 30 °C à l'ombre.

Les bas de compression figurent depuis plus de 70 ans au premier rang des accessoires dans la thérapie des troubles veineux. Par la pression qu'ils exercent, ils réduisent le diamètre des veines, ce qui améliore le retour veineux. Plus précisément, les bas de compression agissent de deux manières.

Ils ont une **action hémodynamique**, autrement dit, ils augmentent la vitesse du flux sanguin (veineux), ce qui réduit le volume de sang veineux et donc les reflux pathologiques dans les veines malades superficielles ou plus profondes. Ils soutiennent également le mécanisme de pompe ce qui prévient l'augmentation pathologique de la pression veineuse.

Ils **agissent sur les tissus**, en augmentant la pression sur la peau et le tissu adipeux. Cela réduit les risques d'œdème et donc la rétention pathologique de liquide dans les tissus tout en favorisant l'élimination de l'eau et donc des résidus et autres toxines. Le métabolisme fonctionne donc mieux dans les tissus, ce qui a des effets anti-inflammatoires et stimule les processus réparateurs.

La nature, source d'inspiration

Une étude de Pollak et Wood¹ avait déjà évoqué l'idée du traitement compressif en 1949, voilà donc plus de 60 ans. Les scientifiques avaient alors étudié très précisément la pression sanguine mesurée dans les jambes de 11 volontaires. Leur étude montra que la pression hydrostatique dans les veines était beaucoup plus élevée quand les personnes étaient debout qu'en position assise ou couchée. Au moyen d'un instrument de mesure de leur cru, les chercheurs avaient ensuite posé un manomètre sur les jambes des participants pour mesurer leur pression aux mollets et sous les genoux. Ils avaient alors notamment constaté que lors de la marche, la pression diminue de près d'un quart par rapport à la pression initiale en position debout. Les chercheurs avaient alors expliqué ce phénomène comme suit: «A chaque pas, les muscles gastrocnémiens et soléaires se contractent. Cela provoque une pression sur les veines des jambes et contribue donc au transport du sang veineux vers le cœur. Plus précisément: lorsqu'on soulève le talon, les muscles des mollets se contractent et quand on repose le talon, ces muscles se relâchent, alors même que ceux des cuisses restent contractés. Les valvules des veines plus profondes se ferment alors, empêchant le sang de refluer. Il en résulte une diminution de la pression dans les veines.» C'est justement selon ce prin-

¹ Pollack A A et Wood E H Venous pressure in the saphenous vein at the ankle in man during exercise and changes in posture J Appl Physiol 1949.

Les problèmes veineux évoluent généralement de manière chronique, les symptômes s'intensifiant avec l'âge. Une alimentation saine et une activité physique régulière contribuent à prévenir ces troubles.



cipe que les bas de compression agissent: ils exercent une pression maximale à hauteur des chevilles et la pression diminue progressivement vers le haut (la cuisse).

Quand les tissus sont trop faibles

Les bas de compression s'utilisent généralement lorsque des problèmes veineux se manifestent. Ils couvrent un large spectre de tableaux cliniques et désignent tous les symptômes qui peuvent être reliés à une faiblesse du tonus des veines (insuffisance veineuse). Parmi les symptômes optiques, figurent aussi bien les petites varicosités que les grosses varices bleuâtres. Les tissus affaiblis ne soutiennent plus les veines qui peuvent alors se dilater jusqu'à apparaître à la surface de la peau. La faiblesse des tissus concerne également les valvules des veines profondes. Ces valvules, partie intégrante des parois veineuses, voient leur capacité à se fermer hermétiquement diminuer progressivement au cours de la maladie. Les veines perdent donc de leur efficacité et le sang ne peut plus être renvoyé correctement vers le cœur.

Conseils pour les chaudes journées d'été

Ce n'est qu'en ultime recours que l'on envisagera une intervention chirurgicale. Pour éviter d'en arriver là, aidez les clients de votre droguerie en leur dispensant des conseils complets. Outre le port de bas de soutien ou de compression, les conseils suivants leur permettront de mieux supporter les chaudes journées d'été.

- › Surélever les jambes
- › Maigrir en cas de surpoids
- › Nager
- › Eviter de s'exposer à la chaleur et au soleil
- › Se doucher à l'eau froide, en faisant aller le jet des chevilles jusqu'aux genoux.
- › Ne pas porter des vêtements moulants ou des chaussures étroites.

Le tableau clinique de l'insuffisance veineuse évolue généralement de manière chronique. Plus l'âge avance, plus les symptômes augmentent. Les prédispositions génétiques ne sont qu'un facteur parmi d'autres. Les œstrogènes jouent aussi un rôle, raison pour laquelle le tissu conjonctif se relâche durant la grossesse. Enfin, une pression trop élevée dans les veines des jambes ou du ventre, comme c'est le cas chez les personnes en surpoids, peut aussi altérer la fonction de soupape des valvules.

En prévention: les bas de soutien

Le traitement compressif peut aussi faire sens lors de longs voyages. Dans ce cas, on utilisera plutôt des bas de soutien. Il ne faut pas confondre ces deux types de bas: ceux de soutien ont une structure de tricot circulaire et ne peuvent donc pas exercer une pression contrôlée (autrement dit dégressive vers le haut). Ils ne sont donc pas soumis à ordonnance et ne peuvent être fabriqués sur mesure. Les bas de soutien s'utilisent essentiellement en prévention. Ils évitent d'avoir les jambes lourdes et gonflées, surtout lorsqu'on doit rester longtemps debout sans bouger ou assis – comme lors des longs voyages en avion. Le traitement compressif ne doit pas être utilisé en cas de graves problèmes de circulation artérielle. Il pourrait en effet provoquer de fortes douleurs. Il est aussi contre-indiqué en cas d'insuffisance cardiaque droite non traitée car l'œdème pourrait passer de la jambe au poumon.

Des conseils de pro pour éviter le pire

Les problèmes veineux, comme les varices, ne sont pas de simples «défauts esthétiques». Ils sont d'importants indicateurs de l'évolution de la maladie. Plus la maladie avance, plus les problèmes de circulation sanguine peuvent avoir des conséquences sérieuses: eczéma variqueux, inflammation des veines superficielles (thrombophlébite) ou même ulcère variqueux et saignements.

Des conseils spécialisés permettent généralement d'éviter

d'en arriver là. Outre le traitement compressif, on peut aussi utiliser des crèmes et des gels d'usage externe décongestionnants et qui atténuent les symptômes, ce qui favorise la régénération du tissu conjonctif. En cas de fortes douleurs et de troubles récurrents, il faut impérativement dire au client de consulter son médecin.

Des conseils pour les clients

Une alimentation saine peut aussi avoir des effets positifs sur la santé du système veineux. Conseillez à vos clients d'adopter une alimentation peu calorique.

- › Beaucoup de sels minéraux et de vitamines (fruits et légumes).
- › Peu de matières grasses.
- › Suffisamment de fibres alimentaires, notamment des produits aux céréales complètes, des fruits et des légumes.
- › Suffisamment d'hydrates de carbone, notamment sous forme de pommes de terre, de riz et de pâtes.
- › Peu de sucre.
- › Beaucoup de liquide, principalement de l'eau minérale et de la tisane (1,5 à 2 litres par jour).
- › Les boissons alcoolisées: avec modération!

Bouger plus

Une activité physique régulière contribue aussi à réduire les risques d'insuffisance veineuse. Cela commence au quotidien: monter les escaliers au lieu de prendre l'ascenseur, faire les commissions à pied ou à vélo. Enfin, les sports qui sollicitent les muscles des jambes, favorisent le retour veineux et présentent peu de risques d'accident sont les plus recommandés pour prévenir les problèmes veineux.

- › La natation (le mouvement et l'eau fraîche favorisent la circulation veineuse)
- › Le ski de fond
- › Le golf et le mini-golf
- › La danse
- › La course à pied
- › Le cyclisme (garder le haut du corps bien droit pour éviter toute congestion)

Dr sc.nat. Julia Burgener / trad: cs

Pour accéder à des informations complémentaires sur le site de la Société suisse de phlébologie, cliquez 

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de juin s'intéresse aussi à la santé des **veines**.



WELEDA

Combudoron®
Mélange anti-inflammatoire

SPRAY
pour le traitement immédiat de brûlures légères et peu étendues (1^{er} degré), de coups de soleil et de piqûres d'insectes

Agit également sur:
✓ les brûlures légères (1^{er} degré)
✓ les coups de soleil

Combudoron®
aide en cas de
piqûres d'insectes.

**Ce que la nature nous donne,
nous le transmettons avec plaisir.**

Combudoron® (disponible en spray et gel) agit sur les piqûres d'insectes, les brûlures légères (1^{er} degré) et les coups de soleil. Ses principales substances actives – la petite ortie et l'arnica – calment la peau enflammée, apaisent la douleur tout en exerçant une action anti-inflammatoire.

Weleda développe et fabrique des médicaments et des produits de soins corporels basés sur des substances naturelles et une approche à visée globale de l'être humain et de la nature. Ainsi, les produits Weleda contribuent à préserver la santé et le bien-être selon une conception holistique des soins.



WELEDA

Combudoron®

GEL

En accord avec l'être humain et la nature
Depuis 1921

Ce sont des médicaments.
Veuillez lire attentivement la notice d'emballage.
www.swissmedinfo.ch



www.sigvaris.ch

Les bas de compression n'ont plus à se cacher: ils se parent désormais de couleurs vives, de motifs modernes et même de dentelles.

Rendez-vous aux heures de travail – bases légales

Les visites chez le médecin ou dans une administration ou d'autres démarches officielles importantes ne peuvent souvent se faire que durant les heures de travail. Selon la loi, l'employeur doit accorder les congés «usuels» à l'employé pour de telles démarches.

L'employeur doit accorder aux travailleurs le temps libre nécessaire pour des démarches personnelles et pour des événements familiaux importants, comme le stipule l'art. 329 du Code des obligations. La pratique à cet égard, et notamment la durée des congés, ressort de la loi du contrat individuel de travail, de la convention collective de travail ou encore de la pratique habituelle. Celle-ci dépend de la branche, de l'entreprise et de son lieu d'implantation; elle peut varier concernant les événements pris en compte, la durée et le moment du congé.

Demander congé pour un rendez-vous

En règle générale, un congé n'est accordé à l'employé que pour des activités qui ne peuvent être accomplies en-dehors des heures de travail. Si sa démarche peut être effectuée durant son temps libre, il ne peut exiger de congé.

S'il existe un certain usage, soit une pratique usuelle régulière, l'usage constitue alors le minimum légal et ne peut être enfreint. Il en va ainsi des congés accordés pour un déménagement (1 à 2 jours), pour le recrutement militaire (1/2 à 1 jour) et du temps indispensable (attesté) pour les rendez-vous chez le dentiste ou le médecin.

Absences justifiées payées

En principe, l'employé n'est pas contraint de compenser ces heures de travail. Le salaire doit être versé en cas d'absence sans faute imputable au travailleur, notamment en cas de décès du conjoint, lorsque l'employé est appelé au tribunal en tant que témoin, ou lorsqu'il se marie. Le droit au salaire est alors garanti, qu'il soit indemnisé au mois ou à l'heure.

Le temps nécessaire pour d'autres démarches importantes, visite médicale, rendez-vous chez

un avocat, dans un service administratif ou pour examen n'est pas déduit du salaire. Les employés rétribués à l'heure, sont désavantagés car ils ne sont souvent pas rétribués.

Cas particuliers

Les rendez-vous de courte durée pour des thérapies régulières doivent être pris si possible en-dehors des heures de travail ou en début ou fin d'horaire. Les absences médicales plus longues, comme pour une chimiothérapie, qui tombent au moins partiellement durant les heures de travail, ne peuvent pas être déduites du salaire si elles ne peuvent être reportées durant le temps libre de l'employé. Le droit au salaire a également été confirmé par les tribunaux dans le cas d'une mère qui s'était absente régulièrement pour rendre visite à son fils gravement malade durant un séjour de longue durée à l'hôpital. Le droit au salaire est également reconnu par les tribunaux pour les employés qui doivent s'absenter pour chercher un nouvel emploi s'ils ne sont pas responsables de la perte de leur emploi actuel.

Avantages des CCT

La convention collective de travail pour la branche de la droguerie (<http://www.drogisten.org/fr/contrat-collectif-de-travail.html>) stipule clairement à l'avantage des employés: «Les employés ont droit à 5 jours de congé par année pour des activités officielles auprès d'une école professionnelle, d'un syndicat ou d'une commission et jusqu'à 3 jours pour la garde d'un enfant malade nécessitant des soins.» Ces règles sont aussi valables pour les personnes engagées à temps partiel.

Regula Steinemann /trad: Is



Regula Steinemann, avocate et directrice de «Employés Droguistes Suisse»

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



L'avenir ne passe pas seulement par la toile

Fin avril, le forum européen des représentants des drogueries allemandes et des fabricants s'est réuni deux jours à Düsseldorf pour se pencher sur le thème de «L'avenir dans le secteur de la droguerie». Les réflexions ont principalement porté sur les notions de développement durable, d'innovation et de commerce en ligne.

Dans son discours d'ouverture, le Prof. **Michael J. Kolodziej**, membre du conseil de surveillance groupe dm-drogerie markt Sàrl, s'est dit convaincu que le développement durable est un facteur essentiel de la gestion d'entreprise. Le développement durable permet de transformer le simple acte d'achat en une expérience personnelle unique, ce qui sera de plus en plus important pour assurer le succès du commerce de détail. Car ces commerces pourront de moins en moins se profiler par le «quoi», autrement dit leur offre, et devront donc miser sur le «comment». Pour offrir de telles expériences aux clients, il faut à la fois développer une façon de penser axée sur la durabilité au sein des entreprises et, d'autre part, un solide partenariat entre les commerçants et les fabricants. Car une importante coopération réciproque est indispensable pour atteindre les objectifs communs. Le professeur Kolodziej a instamment invité commerçants et fabricants à améliorer leur communication; à travailler ensemble et les uns pour les autres. Selon l'intervenant, il faut donc reconnaître et apprécier justement les interdépendances pour, à l'avenir, réussir ensemble sur le marché.

L'innovation doit profiter aux clients

Avec près de 14 ans d'expérience dans l'étude de marché au sein de Henkel SA, le Prof. Dr **Hans-Willi Schroiff** disposait d'arguments de poids pour expliquer à l'assis-

tance pourquoi les innovations seront de plus en plus conçues pour les consommateurs. De son point de vue, l'innovation, pour un fabricant, consiste à transformer une attente des clients en un produit. Le processus de développement de produits nouveaux et innovants doit donc respecter un déroulement clairement structuré car la créativité, à elle seule, ne suffit pas à lancer de nouveaux produits sur le marché. En effet, même l'innovation la plus sensationnelle n'a aucune chance à long terme si elle ne correspond pas aux attentes des clients. Cette remarque ouvre de nombreuses perspectives quand on sait, comme le souligne l'expert, que 60 à 80% de tous les nouveaux produits ne se trouvent déjà plus sur le marché après 12 mois.

Pas d'online sans «offline»

Dans son exposé intitulé «Le canal online peut-il fonctionner sans le canal offline?», le Prof. Dr **Marc Drüner** a évoqué les immenses opportunités offertes par le canal online. Mais il a aussi simultanément rappelé l'importance des contacts personnels entre clients et commerçants. Il a rapidement démontré que l'association de ces deux canaux est la formule la plus propice pour le commerce de détail. Le point de vente doit ainsi surtout servir à inciter le client à opter pour un certain produit. Par la suite, il peut très bien passer ses prochaines commandes via internet. Le Prof. Drüner a conclu son exposé en conseillant

à tous les participants du forum européen de tenir compte de ces deux canaux dans leurs modèles commerciaux – car il ne peut y avoir d'online sans offline dans la branche de la droguerie.

Elisabeth Huber /trad: cs

Qu'est-ce que le développement durable?

La définition du terme de «développement durable», aujourd'hui sur toutes les lèvres, a été formulée en 1987 par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement (Commission Brundtland). Le développement durable est ainsi «un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la possibilité, pour les générations à venir, de pouvoir répondre à leurs propres besoins». Le Sommet de Rio en 1992 a élargi cette définition en y ajoutant une notion tridimensionnelle: le développement durable doit ainsi également tenir compte de l'interdépendance des phénomènes économiques, sociaux et écologiques.

Il existe en Suisse différents programmes de développement durable élaborés notamment par les pouvoirs publics, les grands commerces de détail et l'hôtellerie.

Source: Office fédéral du développement territorial ARE

Pharmacologie et connaissance des spécialités

Cours pour les remplacements 2013/14: cette formation dispense des connaissances approfondies sur les actuels principes actifs et préparations de la liste D afin d'améliorer la sécurité lors de la remise de produits thérapeutiques.

Contenu et objectifs du cours

Le cours dispense aux droguistes professionnels des connaissances approfondies concernant la liste D (liste des substances et préparations ainsi que leurs indications). L'accent sera mis sur les thèmes paraissant importants et judicieux du point de vue pharmacologique ou médical. Le certificat obtenu une fois les examens réussis peut être remis aux autorités cantonales en charge de la santé et leur servir de base pour décider d'accorder l'autorisation d'exercer comme remplaçant. L'association des pharmaciens cantonaux soutient et recommande le suivi de ce cours. Il faut impérativement prendre en considération les dispositions cantonales relatives aux exigences à remplir pour assumer un remplacement.

Public cible

L'Association suisse des droguistes recommande cette formation continue aux droguistes professionnels qui ont au moins 2 ans d'expérience professionnelle et exercent à 80 % ou plus et qui assument ou veulent assumer une fonction de remplaçant.

Organisation du cours

La formation comprend six jours de cours. L'examen final a lieu un autre jour. Une documentation complète est fournie pour chaque journée de cours et la formation est complétée par les informations et les exercices de la plateforme de formation DrogoBrain.

Intervenantes

Berne: Madame Christine Funke, pharmacienne dipl. féd. FPH en pharmacie d'officine et phytothérapie, professeure à l'ESD

Neuchâtel: Madame Mireille Sammt, droguiste dipl. ES, professeure à l'Ecole professionnelle de Neuchâtel

Inscription

Inscrivez-vous dès maintenant sur <http://kurse.drogistenverband.ch> / kurse_cours@drogistenverband.ch
 Nombre minimal de participants: 12 personnes
 Nombre maximal de participants: 20 resp. 25 personnes
 Délai d'inscription pour Berne: 12 août 2013
 Délai d'inscription pour Neuchâtel: 26 août 2013

Coûts

Le cours coûte CHF 1500.- par personne, TVA incluse. Ce montant comprend les jours de cours, les tests intermédiaires et l'examen final ainsi que le certificat. La documentation du cours peut être imprimée individuellement ou retirée auprès de l'ASD au prix de CHF 350.- (hors TVA). Les frais relatifs aux repas ou aux collations sont à charge des participants. Ces prix sont uniquement valables pour les membres de l'Association suisse des droguistes.

Certificat

La fréquentation documentée de tous les cours ainsi que la réussite de tous les tests intermédiaires et de l'examen final donnent droit à l'obtention d'un certificat. Avec ce document attestant des résultats obtenus, les participants démontrent qu'ils ont acquis les compétences nécessaires dans le domaine de la pharmacologie pour assumer une fonction de remplacement.

Formation obligatoire

Les participants qui suivent cette formation reçoivent 48 points , ce qui correspond à 6 jours de cours et 200 heures d'études personnelles.

Nous nous tenons volontiers à disposition pour répondre à toutes vos questions:

032 328 50 36 / kurse_cours@drogistenverband.ch

Dates des cours

Berne (d)	17.09.13	22.10.13	26.11.13	21.01.14	04.03.14	06.05.14	Examen final: 20.05.14
Neuchâtel (f)	30.09.13	04.11.13	02.12.13	03.02.14	24.03.14	12.05.14	Examen final: 23.06.14

Votre carte d'un simple clic

C'est garanti, désormais vous aurez toujours votre carte de membre ASD à portée de main – sur votre smartphone! Grâce à un partenariat entre l'ASD et stocard, l'une des meilleures applications de l'année 2011.



La carte de membre numérique ASD

L'application stocard peut être téléchargée gratuitement: directement sur le shop d'Apple pour les iPhones, ou sur Google-Play-Store pour les androides. Une fois l'application installée, cliquez dans la liste sur carte de membre ASD et photographiez le code-barres de votre carte avec votre smartphone – votre carte de membre numérique est prête!

Une application bien pratique que l'on doit à **David Handlos**, qui, en voyant le porte-monnaie plein à craquer de cartes de fidélité et de coupons divers de sa copine en eut l'idée en 2011. Aujourd'hui, plus besoin pour elle de se constituer une bourse de secours quand ils sortent puisque toutes ses cartes de client sont enregistrées dans son smartphone, grâce à cette application qu'elle a inspirée à son ami. David Handlos a travaillé au développement de l'application à l'Université de Mannheim avec ses condisciples **Björn Goss**, spécialiste en informatique, et **Florian Barth**, informaticien. Tous trois ont aujourd'hui terminé leurs études et ce projet s'est transformé en une entreprise florissante baptisée Stocard.

Pas d'étiquette sous la main? Pas de problème

Quelque 600 entreprises d'Allemagne, d'Autriche et de Suisse proposent désormais à leurs clients la carte de fidélité en version numérique sur stocard, et la tendance est à la hausse. L'Association suisse des droguistes offre aujourd'hui elle aussi ce service. Rien de plus facile: il suffit de télécharger votre carte de membre ASD sur votre téléphone portable (voir encadré) – et plus jamais vous n'aurez à vous énerver de l'avoir oubliée quand vous en aurez besoin. Par exemple, si vous avez oublié votre étiquette GLN lorsque vous allez suivre un cours, prenez votre portable et transcrivez le code GLN sur la feuille d'inscription. La carte de membre numérique facilite donc l'enregistrement et vous assure l'accès aux prestations de l'ASD sans avoir à chercher longuement votre carte de membre au préalable.

Stocard pour les groupements de la droguerie

Une collaboration avec stocard peut être avantageuse pour les groupements qui disposent d'un système de cartes de membre relativement important, comme c'est le cas pour Droga et Welldro, qui proposent également la carte numérique sur stocard. Les demandes peuvent être adressées par e-mail à handlos@stocard.de.

Un million de téléchargements

Apple a désigné stocard comme l'une des meilleures applications en 2011. «C'est surtout sa fonctionnalité, mais aussi son design qui ont été jugés remarquables», se réjouit David Handlos, aujourd'hui directeur de Stocard. Environ un million d'utilisateurs ont installé l'application sur leur smartphone en 2011. En Suisse, c'est même l'une des applications les plus souvent téléchargées, selon son inventeur. Les grands distributeurs, tels que Migros et Coop, travaillent avec la start-up de Mannheim, ainsi que d'innombrables magasins de confection, de sport, etc. et même le géant du meuble Ikea. Finis donc les porte-monnaies qui craquent aux entournures à force d'y empiler des collections de cartes de fidélité. Si un magasin ne dispose pas encore du scanner dernière génération permettant de lire le code-barres directement sur l'écran du portable, les collaborateurs peuvent très bien saisir manuellement le numéro affiché.

Enfin, si vous souhaitez demander une carte de fidélité dans le magasin de votre choix, plus besoin de remplir un formulaire à la caisse. «La file des personnes qui se formait derrière nous, obligées d'attendre, c'est du passé! Aujourd'hui vous commandez votre carte directement via stocard», précise David Handlos. Et bien sûr, directement en version électronique.

Lukas Fuhrer / trad: ls

Les micronutriments: tout le monde en parle

Avec un assortiment de plus de 70 produits différents, l'entreprise dirigée par Uli Burgerstein et sa fille Tanja est le principal fabricant de préparations vitaminées de Suisse. Cette entreprise familiale mise depuis plus de 40 ans sur les effets bénéfiques des micronutriments orthomoléculaires – et connaît un succès croissant.

Qu'est-ce qui vous impressionne le plus dans la vie et l'œuvre du Dr Lothar Burgerstein, le fondateur de votre entreprise?

Uli Burgerstein: Son engagement, sa passion et sa certitude que l'alimentation est essentielle pour protéger la santé de l'individu. A 71 ans, Lothar Burgerstein a été victime d'un grave accident de voiture. Grièvement blessé, il était pour ainsi dire contraint de s'intéresser à la santé et à la régénération du corps. Ses expériences le renforcèrent et il se sentit le devoir de poursuivre ses études sur les méthodes préventives et thérapeutiques à base de micronutriments.

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Au début, mon grand-père a eu de la peine à récolter des informations scientifiques car les connaissances en matière de nutrition étaient encore relativement sommaires à l'époque en Europe. Aux Etats-Unis, en revanche, on attachait déjà beaucoup d'importance à une alimentation saine et aux micronutriments. C'est pour cette raison qu'il entretenait une correspondance régulière avec des experts internationaux. Parmi eux, Linus Pauling, double prix Nobel. Au fil des ans, mon grand-père toujours curieux et minutieux a donc acquis de solides connaissances scientifiques. Sa philosophie qui veut qu'on soigne sa santé et non la maladie, reste une valeur essentielle pour nous. Une valeur que la troisième génération de l'histoire de l'entreprise pratique toujours au quotidien.

L'année dernière, Antistress SA a fêté son 40^e anniversaire. La principale réussite de ces dernières années?

Uli Burgerstein: Nous n'avons pas pris la poussière. Nous avons réussi à conserver nos valeurs traditionnelles tout en nous développant constamment pendant 40 ans. Notre modèle d'entreprise nous permet de mettre durablement en pratique nos pensées philosophiques fondamentales et nos visions.

Quel est le produit de votre assortiment que les consommateurs finaux connaissent le mieux et comment expliquez-vous son succès?

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Notre assortiment comprend plus de 70 produits. Les préparations qui ont fait

leurs preuves et qui se vendent toujours particulièrement bien sont notamment celles à la vitamine C retard, autrement dit avec libération ralentie et continue. Notre préparation multivitaminée a été le premier remède que nous avons enregistré auprès de l'Office intercantonal de contrôle des médicaments en 1977/76. C'est un produit toujours très apprécié des consommateurs finaux.

Antistress SA a reçu plusieurs fois d'affilée le prix du «Most Trusted Brand» pour «Burgerstein Vitamine», dont la 5^e fois en mars 2013. Qu'est-ce qui fait la différence avec les autres entreprises?

Uli Burgerstein: Burgerstein a un visage. C'est une entreprise à gestion familiale avec un propriétaire qui s'appelle aussi encore Burgerstein. Pour les consommateurs, c'est du concret.

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Nous misons fortement sur le canal spécialisé, proposons des formations continues et des outils pour le conseil à la clientèle. Les droguistes peuvent donc recommander nos produits avec conviction et en toute bonne conscience.

En juin 2012, vous avez agrandi votre bâtiment de Rapperswil de quelque 1600 m². Y a-t-il eu d'autres changements? Toutes vos attentes ont-elles été comblées?

Uli Burgerstein: Le nouveau bâtiment administratif offre – outre des meilleurs postes de travail – des voies de communication et de travail plus courtes. C'est important pour une entreprise dont la production est basée sur les bonnes pratiques de fabrication (BPF), notamment pour garantir l'assurance qualité dans tous les processus de fabrication et pour remplir les exigences légales des autorités de la santé.

Vous collaborez avec le laboratoire de nutrition humaine de l'EPF de Zurich. Dans quel objectif?

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Une entreprise comme Burgerstein ne pourrait pas financer des recherches aussi pointues sans le soutien de l'EPFZ. L'objectif de ce projet de recherche soutenu par la Confédération est d'obtenir



Corinne Futterlieb

Uli Burgerstein et Tanja Zimmermann-Burgerstein

Uli Burgerstein, qui connaît tous ses collaborateurs personnellement, est une charmante personne de la vieille école. Sa fille Tanja Zimmermann-Burgerstein (44 ans) est une professionnelle de la publicité et du marketing. Elle a grandement contribué à rafraîchir l'image de l'entreprise.



Corinne Futterlieb

des résultats axés sur la pratique et réalisables dans les trois ans. Cela concerne notamment l'optimisation de la biodisponibilité des liaisons organiques ou la modification des formes galéniques afin de résoudre à terme le problème du volume des compléments alimentaires.

La qualité suisse est très demandée. Mais sentez-vous aussi une tendance inverse, à savoir l'arrivée sur le marché suisse de fournisseurs étrangers?

Uli Burgerstein: Le «Swissness» est un gage de qualité toujours très recherché. Des fabricants étrangers débarquent effectivement sur le marché suisse, mais une saine concurrence stimule le commerce.

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Le problème, c'est quand des fabricants étrangers ou des fournisseurs en ligne ne respectent pas les règles et détournent les lois suisses à leur avantage. Les entreprises de la place en subissent les conséquences.

En quoi internet influence-t-il la publicité et la vente de vos produits?

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Nous sommes justement en train de finaliser une application informative pour iPad à l'intention des professionnels et des consommateurs. Nous essayons donc de rester à la page sans toutefois succomber à tous les gadgets.

Quel est pour vous le rôle du canal spécialisé et plus précisément celui de la droguerie?

Uli Burgerstein: Les drogueries ont dès le début été des clients innovants. Les droguistes se donnent plus de peine que les revendeurs, ils ont une pensée entrepreneuriale et n'hésitent pas à s'engager fortement pour une marque.

En tant que descendante d'une entreprise familiale, vous savez ce que c'est que d'avoir des parents qui s'efforcent d'offrir une vraie vie de famille à leurs enfants tout en s'engageant pour la réussite de leur entreprise. En quoi ces interactions vous ont-elles influencée?

Tanja Zimmermann-Burgerstein: Positivement, c'est évident! Car je fais exactement la même chose aujourd'hui. J'ai moi-aussi une famille tout en exerçant une activité professionnelle. Pouvoir combiner les deux permet de préserver son équilibre.

Que souhaitez-vous quand vous pensez à l'avenir de l'entreprise?

Uli Burgerstein: Je suis dans une heureuse position et je me réjouis que l'entreprise prospère si bien. Je lui souhaite de conserver des collaborateurs fidèles et précieux qui sachent rester créatifs. Une formule qui a fait ses preuves jusqu'à présent.

Quel est le principal héritage que vous avez transmis à votre fille? Et qu'est-ce qui la rend différente ou meilleure que vous-même?

Uli Burgerstein: La liberté, un grand rayon d'action et le plaisir de prendre des décisions. En tant que femme à la tête de l'entreprise, elle fait beaucoup de choses autrement – et c'est très bien comme ça!

Quels sont les sujets les plus délicats entre vous?

Tanja Zimmermann-Burgerstein et Uli Burgerstein (ils répondent en même temps et en riant): Les petites choses de la vie! Comme par exemple le menu du jour.

Merci de nous avoir accordé cette interview.

Nadja Mühlemann /trad: cs

Antistress SA

L'entreprise Antistress AG, société pour la protection de la santé sise à Rapperswil-Jona (SG), est le premier fournisseur de préparations de micronutriments du canal spécialisé suisse. Fondée en 1972 par le Dr Lothar Burgerstein, elle est toujours aux mains de la famille. L'entreprise est dirigée par Uli Burgerstein et sa fille Tanja Zimmermann-Burgerstein ainsi que par le CEO Günter Konrad. A ce jour, l'entreprise a développé plus de 70 produits selon les connaissances actuelles et les fondements de la médecine orthomoléculaire. La fabrication des compléments alimentaires a été externalisée en Suisse et à l'étranger. L'objectif de ces compléments est de préserver ou de rétablir l'équilibre biochimique de l'organisme. Antistress SA propose des formations continues en nutrition et en médecine orthomoléculaire pour le personnel spécialisé. www.burgerstein.ch

Personnel et assurance: la sécurité, c'est l'affaire du patron!

De nombreuses assurances du personnel sont obligatoires – néanmoins, l'employeur dispose d'une certaine marge de manœuvre. Il peut compléter la caisse de pension (CP) ou l'assurance accidents obligatoire par un plan spécial ou une assurance complémentaire. Il n'est pas obligé de contracter une assurance d'indemnités journalières en cas de maladie. De manière générale, en tant qu'employeur, vous êtes tenu par un devoir d'information lors de l'entrée ou du départ de collaborateurs.

Lorsque des collaborateurs intègrent ou quittent l'entreprise, certaines questions se posent en matière de couverture d'assurance. Il vous incombe de fournir aux employés toutes les informations nécessaires. Elles leur permettent d'identifier d'éventuelles lacunes en termes de couverture et, le cas échéant, d'y remédier en concluant une assurance privée. Si vous ne respectez pas ce devoir d'information vous pourriez, dans le pire des cas, avoir à assumer d'éventuelles conséquences financières.

Devoir d'information lors de l'entrée d'un nouveau collaborateur

En principe, vous devez informer tous les collaborateurs à propos des solutions et des couvertures d'assurance existantes. En cas de changement d'emploi, leurs avoirs auprès de la caisse de pension doivent être transférés à la nouvelle institution. Communiquez donc à vos nouveaux collaborateurs l'adresse de votre caisse de pension afin qu'ils puissent transférer leurs avoirs de libre passage. Sur le certificat annuel établi par la caisse de pension figurent toutes les informations importantes concernant les prestations assurées.

Attention: les salariés à temps partiel travaillant moins de huit heures par semaine ne sont pas couverts contre les accidents survenant pendant les loisirs!

Si aucune assurance d'indemnités journalières en cas de maladie n'a été conclue, les collaborateurs peuvent se retrouver dans une situation financière désastreuse en cas de maladie prolongée. En effet, selon la convention collective de travail, en tant qu'employeur, vous n'êtes tenu de verser les salaires que pendant quelques mois, en fonction de la durée d'engagement. Les salariés peuvent faire des

économies si les assurances de l'entreprise fournissent une couverture suffisante et leur évitent de devoir conclure des contrats auprès d'assurances privées.

Devoir d'information lors du départ de collaborateurs

Après son départ de l'entreprise, votre ancien collaborateur peut se retrouver dans une situation difficile. S'il change directement d'emploi dans une nouvelle entreprise, sa couverture d'assurance continue d'être garantie. Lors de brèves interruptions de travail, l'assurance accidents et la caisse de pension offrent une couverture de 30 jours. Si un congé non rémunéré plus long est prévu, vous pouvez prolonger à peu de frais l'assurance accidents de 180 jours (maximum) en concluant une «assurance par convention».

En cas de chômage, le droit à la première allocation de chômage garantit de rester couvert contre les accidents non professionnels ainsi que de bénéficier des prestations d'invalidité et de décès de la caisse de pension. Concernant les indemnités journalières en cas de maladie, nous recommandons le passage dans l'assurance individuelle, car seuls les employés aptes à occuper un emploi – et donc en bonne santé – ont droit aux indemnités de chômage.

Afin d'éviter que toutes ces informations ne soient oubliées au moment voulu, il est judicieux de les remettre à vos collaborateurs lors des formalités d'entrée et de départ et de les faire viser. Votre compagnie d'assurances vous remettra volontiers les formulaires correspondants.

Plus d'informations sur:

www.assurancesdesmetiers.ch

Trop cool, ce thermomètre!

Quand ils ont de la fièvre, les bébés et les enfants sont souvent grognons et agités. Prendre leur température peut alors relever du défi. A moins d'utiliser le thermomètre vocal Voice Thermo de novars. En deux secondes, il mesure la température frontale ou auriculaire de manière fiable. La nouveauté: l'annonce des résultats dans trois langues nationales.



Des joues rouges, le front brûlant et les yeux vitreux, tels sont les symptômes typiques de la fièvre chez les enfants. Bon nombre de petits malades sont alors grincheux et agités. Mission impossible dès lors de procéder à la mesure anale, buccale ou axillaire de leur température. En revanche, on peut toujours prendre leur température frontale ou auriculaire. Une méthode rapide, simple et fiable. Comme la température du front et de l'oreille est plus ou moins la même que celle du sang artériel sous la peau, sa valeur est des plus indicatives.

La température mesurée apparaît sur l'écran du thermomètre suisse «Voice Thermo» de novars.



Cette méthode permet en outre de réduire au minimum les désagréments pour les jeunes patients: en deux secondes seulement, la température mesurée apparaît sur l'écran du thermomètre suisse «Voice Thermo» de novars. Attention: si un enfant a mal aux oreilles, il faut exclusivement utiliser la méthode de mesure frontale.

La fièvre est un phénomène fréquent chez les nourrissons et les jeunes enfants. La température peut facilement grimper quand les dents percent, en cas d'érythème fessier ou si bébé ne boit pas assez. A l'âge préscolaire, les enfants ont en moyenne sept épisodes de fièvre par année, provoqués notamment par des otites moyennes, des angines ou la grippe. Pour se défendre, le corps réagit en augmentant sa température à 38 °C ou plus. Comme la température corporelle peut varier en fonction de l'heure, il est nécessaire de mesurer la température matin, midi et soir pour pouvoir suivre l'évolution de la fièvre. Grâce à sa fonction de mémorisation qui peut enregistrer jusqu'à

30 mesures, parents ou soignants n'ont plus besoin de noter les températures par écrit. Quant aux chiffres d'environ un centimètre qui s'affichent en signaux lumineux sur l'écran à cristaux liquides, ils sont parfaitement lisibles de jour comme de nuit. La nouveauté: l'annonce des résultats dans trois langues nationales, à savoir français, allemand et italien – une fonction vocale qui peut être activée ou non. Naturellement, le thermomètre médical convient à toute la famille. Autre avantage: on peut

aussi l'utiliser pour prendre la température du biberon ou du petit pot de bébé et donc éviter de douloureuses brûlures dans la bouche.

Le thermomètre de novars en bref

- Mesure exacte et fiable en 2 secondes
- Double fonction: mesure auriculaire et frontale
- Activation/désactivation de la fonction d'annonce vocale en D/F/I
- Emploi personnel
- Fonction de mémorisation de 30 mesures (chronique de l'évolution; heure, jour, mois, année)
- Bonne lisibilité
- Ecart de mesure de +/-0,2 °C (de 35,5 °C à 42 °C)
- Fonctionne avec des piles standards DC 3V (2xAAA);
- Simplicité d'utilisation
- Bouchon de l'embout de mesure lavable
- Technologie suisse

Adresse de commande:
Felicita Promotions AG
Riedstrasse 3
CH-6330 Cham
Tél. 041 768 00 77
Fax 041 768 00 88
www.felicita.ch
info@felicita.ch

Dans la presse et à la radio

La série de cours «Acné, stress et peines de cœur» n'a même pas encore commencé que le thème suscite déjà l'intérêt des groupes d'intérêt les plus divers. Découvrez ici qui soutient ces cours publics.



Trois radios locales alémaniques, à savoir Radio BeO, Radio Grischa et Radio FM1, soutiennent les cours du soir «Acné, stress et peines de cœur» via des émissions, des spots, une présence sur internet et bien d'autres actions passionnantes. Ceci est notamment le résultat de la bonne collaboration entre l'ASD et les radios locales dans le cadre des émissions «Deux minutes pour votre santé».

Nos partenaires radio

Radio BeO Début juin, **Radio BeO** diffuse tous les jours pendant une semaine deux émissions de 30 secondes sur un thème en lien avec le cours. Au micro, Martin von Känel, directeur de la droguerie von Känel Sàrl à Reichenbach (BE). Diffusion du lundi 10 au vendredi 14 juin à 11 heures 50.

► **Radio BeO participe à la promotion du cours qui aura lieu le 20 juin à Thoune.**

Radio Grischa diffuse tous les jours du lundi 27 au vendredi 31 mai à 11 heures 30 une interview avec un droguiste de la région sur un thème en lien avec le cours.

► **Radio Grischa participe à la promotion du cours qui aura lieu le 4 juin à Davos.**

Radio FM1 diffuse des spots publicitaires avant le cours.

► **Radio FM1 participe à la promotion du cours qui aura lieu le 13 juin à St-Gall.**

Nous ne collaborons pas seulement avec des radios locales: dans le domaine des médias imprimés, nous avons également pu conclure des partenariats intéressants avec deux magazines spécialisés, à savoir «KidySwissfamily» et «WirEltern». La promotion passe par des articles rédactionnels abordant des thèmes en lien avec les cours du soir, des annonces, ainsi que des informations dans les calendriers des manifestations en ligne de ces magazines.

Autres partenaires

- **Réseau Contact** – Fondation d'aide en matière de dépendance
- **CSAJ** – Conseil suisse des activités de jeunesse
- **infoclic.ch** – Promotion de l'enfance et de la jeunesse en Suisse
- **Pro Juventute** – Fondation
- **okaj zürich** – Promotion cantonale des enfants et des adolescents
- **jugendarbeit.ch** – Plate-forme d'offres pour les jeunes
- **swissmom.ch** – Site consacré à la grossesse, à l'accouchement, au nouveau-né et à l'enfant
- **lifeportal.ch** – Site destiné aux parents
- **elternwissen.com** – Site pour les parents consacré à la santé des enfants, à l'école, aux études et aux loisirs
- **prolife-family.ch** – Association

40 drogueries participent

De nombreux droguistes assisteront à chacun des dix cours du soir «Acné, stress et peines de cœur»: 100 droguistes de plus de 40 drogueries se sont inscrits.

Préparez-vous à conseiller les parents

A l'adolescence, quand les enfants grandissent, les parents et toutes les personnes qui s'occupent des ados sont mis à rude épreuve. Les cours du soir, dispensés par des intervenants compétents, abordent donc les problèmes liés à la puberté, comme les soins de la peau et l'hygiène intime ou l'impact du stress à l'école. Le public a naturellement toujours la possibilité de poser des questions. Les drogueries situées à proximité des lieux de cours recevront donc certainement bientôt la visite de clients ayant des questions bien précises sur les problèmes typiques des ados. Si vous n'avez pas la possibilité de participer à l'un de ces cours, rafraîchissez au moins vos connaissances. Suivez le guide:

- **Test de connaissances sur le thème de la puberté sur vitagate.ch**
- **Brochure du cours «Acné, stress et peines de cœur»** à télécharger dès le 1^{er} juin.

Anania Hostettler / trad: cs

Partenaires 2013 des drogueries suisses:



Stimuler le cerveau pour qu'il reste performant

Les facultés intellectuelles diminuent avec l'âge, c'est naturel. Mais ce phénomène n'est pas inéluctable. En stimulant son cerveau jusqu'à un âge avancé, en adoptant une alimentation équilibrée et en faisant régulièrement de l'exercice, on a bien des chances de rester en forme, intellectuellement parlant, et de prévenir la démence.



fotolia.de

Il y a deux ans, le photographe, écrivain et playboy suisse allemand Gunter Sachs a mis fin à ses jours à l'âge de 78 ans. Il a expliqué son geste dans une lettre où il disait se savoir atteint de la maladie d'Alzheimer. Le grand âge est effectivement considéré comme le principal facteur de risque de la démence. Il n'existe toujours pas de protection sûre contre cette maladie. Mais les scientifiques s'entendent au moins sur les facteurs de risque et les facteurs de protection. «L'important», peut-on lire sur le site de la Ligue suisse pour le cerveau, «est que les facteurs de protection l'emportent sur les facteurs de risque». Lesquels sont notamment l'hypertension artérielle, le diabète et la consommation excessive de cigarettes et d'alcool. A l'opposé, on trouve les facteurs de protection qui sont de trois sortes.

1. Les activités intellectuelles: regarder la télé, non; jouer de la musique, oui!

Les nourritures intellectuelles sont très importantes pour la santé du cerveau. Il n'est jamais trop tard pour stimuler son esprit. Même si l'on ne commence à entretenir sa forme mentale qu'à un âge très avancé, le cerveau sera mieux protégé. Pas besoin d'être un génie des échecs: les activités créatives comme la cuisine, la couture, la musique ou le jardinage stimulent aussi le cerveau. Les contacts sociaux lui sont aussi bénéfiques. A l'inverse, les occupations passives, comme regarder la télévision, auraient un effet plutôt négatif sur les capacités intellectuelles.

Jouer de la musique est considéré comme un facteur de protection: les activités créatives contribuent à limiter les risques de démence.

2. L'alimentation: cuisine méditerranéenne au menu

Manger beaucoup de fruits et de légumes, des légumineuses et des noix, de l'huile d'olive pressée à froid et deux à trois fois par semaine du poisson fait du bien au cerveau. Lequel apprécie aussi les céréales complètes et les produits laitiers allégés. Mieux vaut en revanche consommer peu de viande. Une alimentation équilibrée fournit au corps «des quantités suffisantes d'acides gras non saturés, de vitamines A, E et B ainsi que d'acide folique», rappelle la Ligue suisse pour le cerveau sur son site. Ces substances freinent le processus de vieillissement cérébral. Il faut également veiller à boire suffisamment car la sensation de soif diminue avec l'âge.

3. Le mouvement: endurance, régularité et plaisir

Les activités aérobies qui entraînent l'endurance, comme les longues promenades ou le nordic walking, sont particulièrement utiles au maintien des capacités intellectuelles. Ce qui compte aussi, c'est d'y prendre plaisir, de pratiquer avec mesure et, bien sûr, régulièrement.

Les substances stimulantes de la droguerie

Anatta Brändli, directrice de la droguerie Natur Baur à Urdorf (ZH), connaît diverses substances qui améliorent la concentration et les capacités intellectuelles. «Les glucosides du ginkgo favorisent surtout la circulation sanguine dans les petits vaisseaux sanguins. Cela améliore l'oxygénation du cerveau, avec un effet positif sur la concentration et la mémorisation.» Pour protéger le cerveau, la droguiste recommande les acides gras oméga-3 et en particulier l'acide docosahexaénoïque (DHA) qui exerce une influence positive sur le métabolisme cérébral. La phosphatidylsérine (PS), présente sous forme concentrée dans le cerveau et le système nerveux central, améliore les facultés mentales, en particulier les capacités mémorielles. «Nous avons également besoin de phospholipides pour former de nouvelles cellules», ajoute la droguiste ES. Qui cite également les mélanges de fleurs de Bach, très utiles en cas de troubles de la mémoire et de problèmes de concentration.

Suite page 24

Des jeux pour entraîner votre cerveau

Vous trouverez des jeux pour entraîner votre cerveau sur le site www.hirnliga.ch et des informations complémentaires ici



Valverde® Prostate uno

Votre recommandation pour atténuer les douleurs lors de la miction en cas d'augmentation bénigne de la prostate.



Pour que cela ne fasse pas que goutter !

Avantages importants pour vos clients :

Frais de traitement peu élevés au quotidien

Seulement 1x jour

Valverde® Prostate uno Comprimés pelliculés : Agents : extrait sec de racines d'ortie. **Posologie :** adultes 1 fois par jour 1 comprimé pelliculé. **Limitations d'emploi :** hypersensibilité connue à des constituants, les enfants et les adolescents âgés de moins de 18 ans. **Effets indésirables :** occasionnellement des troubles gastro-intestinaux légers, rarement des réactions d'hypersensibilité (par exemple : démangeaison, éruption cutanée et urticaire). **Catégorie de vente :** D. **Informations plus détaillées :** www.swissmedinfo.ch **Mise à jour de l'information :** avril 2011.

Sidroga AG
4310 Rheinfelden



Trois questions au Dr Barbara Studer, assistante-chef à l'institut de psychologie générale et de neuropsychologie de l'Université de Berne et responsable du centre de recherche stratégique «Center for Cognition, Learning and Memory».



Barbara Studer, à quoi sert l'entraînement de la mémoire chez les personnes âgées?

Barbara Studer: Ces dernières années, la recherche a démontré que la plasticité neuronale est très grande. Cela signifie que le cerveau se modifie en fonction des activités pratiquées. Si l'on

effectue certaines tâches, les performances du cerveau augmentent dans la zone concernée. Je vous citerai l'exemple de la mémoire de travail: elle a une fonction essentielle au niveau intellectuel et intervient dans de nombreuses autres facultés cognitives, raison pour laquelle l'entraîner a globalement des répercussions positives sur la mémoire.

Comment et à quelle fréquence devrait-on entraîner la mémoire de travail pour éviter qu'elle ne s'étiolle?

On observe déjà des effets positifs sur la mémoire de travail avec trois à cinq séances d'entraînement hebdomadaires pendant un mois, et ce aussi bien chez les jeunes que chez les personnes âgées. D'ailleurs, les facultés d'apprentissage et la concentration en bénéficient aussi. L'entraînement le plus efficace de la mémoire de travail consiste à effectuer des exercices spécifiques, adaptés aux facultés individuelles, comme «mémoriser une information» ou «modifier simultanément une information». Un exemple: on mémorise une suite de chiffres, comme 2-5-8-6, tout en modifiant l'information en les citant par exemple dans l'ordre inverse. L'idéal est d'intégrer cet entraînement à son quotidien. Il est aussi important de varier les stimuli: écouter de la musique classique ou danser peut aussi avoir

des effets positifs sur la concentration et les facultés de représentation spatiale. Notre cerveau doit être stimulé pour rester performant. C'est pourquoi d'autres activités, comme les promenades en forêt, la lecture, les jeux de cartes et les mots croisés lui sont aussi bénéfiques. Selon une récente étude, cela permettrait de réduire de moitié le risque de démence.

Quels sont les exercices qui améliorent la mémoire?

Les stratégies mnémotechniques sont très utiles au quotidien. Prenez une liste de commission, vous pouvez utiliser la méthode des enchaînements: si vous avez besoin de tomates, de dentifrice et de nourriture pour votre chien, il vous suffit d'imaginer une histoire avec tous ces éléments. Vous vous en souviendrez aisément une fois dans le magasin. Du style «Comme j'avais des tomates sur les yeux le matin, je n'ai pas vu le dentifrice et je me suis demandé si le chien l'avait mangé.» Plus nous relient des informations entre elles et plus nous les traitons de manières différentes, par exemple visuelle et auditive, plus il nous sera aisé de nous en souvenir.

Interview: Claudia Merki / trad: cs

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de juin fait aussi le point sur la **concentration**.



E. Nützi Söhne AG
Tel. 062 926 13 23
Fax 062 926 11 26
info@nuetziag.ch
www.nuetziag.ch



DROGERIEN- UND APOTHEKENBAU
E. Nützi Söhne AG, Murgenthalerstrasse 81, 4628 Wolfwil





Gesundheitszentrum Seeland, Drogerie Ins

Bon pour la santé de votre corps

Magnésium EXPRESS

Stimule le fonctionnement musculaire

Les nouveaux granulés directs contenant du citrate de magnésium tel qu'on le trouve sous forme de constituant de l'organisme.

- Rapide. Puissant. Direct.
- Sans sucre, avec édulcorant naturel sorbitol
- Seulement 1 fois par jour

Disponible dans les pharmacies et drogueries.

www.diasporal.ch



Se dissout dans la bouche sans eau.



Disponible aussi en comprimés effervescents et nouveau en **granulés solubles**.



Deux minutes pour votre santé

Mardi 11h45			Vendredi 9h45
Lundi (d) 9h30			Lundi (f) 9h40
Mardi 13h20			Lundi 11h20
Mardi 10h45			Mardi 10h15
Lundi 13h20			Mercredi 9h45
Mardi 10h15			Mardi 11h20

... un simple clic pour podcaster, télécharger ou recommander les émissions de santé.

vitagate.ch/fr/emissions

LA SANTÉ À L'ANTENNE

Les thèmes de juin

- A l'antenne dès le 3 juin
 - › Parer à toute éventualité
 - Composer votre pharmacie de voyage
- A l'antenne dès le 10 juin
 - › Sales bestioles!
 - Comment prévenir les piqûres d'insectes
- A l'antenne dès le 17 juin
 - › Premiers soins en cas de coup de soleil
 - Que faire quand le mal est fait?
- A l'antenne dès le 24 juin
 - › Grippe estivale
 - Ne vous laissez pas surprendre!

Partenaires: les émissions de santé hebdomadaires sont présentées par la caisse-maladie CPT online et l'Association suisse des droguistes.





Les messagers du corps – petits mais efficaces

Forum de formation de Neuchâtel du 22 au 25 septembre 2013. Les hormones et les neurotransmetteurs sont des messagers que l'on retrouve aussi bien dans la circulation sanguine que dans les systèmes nerveux et immunitaire. Sans eux, la communication entre nos cellules serait impossible.

Contenu de la formation

Ces petits messagers assument de nombreuses fonctions, comme l'illustre clairement le programme du 9^e forum formation. Les exposés qui porteront sur des thèmes aussi variés que les hormones au service du système immunitaire, les hormones chez les jeunes femmes ou encore la communication intercellulaire vous permettront d'approfondir vos connaissances. Vous recevrez également des informations utiles pour votre conseil en droguerie. Les pauses vous permettront de discuter avec vos partenaires de l'industrie: ils vous parleront volontiers de leurs nouveaux produits ainsi que des récentes évolutions de la branche.

Nouveau catering

Notre nouveau partenaire de restauration va introduire des saveurs inédites dans les menus quotidiens. Sous la houlette de Sar-

ka Vadura (ASD), les étudiants de l'ESD se chargeront du bien-être des participants entre les leçons et au bar after-work.

Coûts des cours

Votre cotisation annuelle, vous donne droit – selon la taille de votre entreprise – à un ou deux jours de formation au forum 2013. Pour les jours supplémentaires, vous ne payez que CHF 120.– (hors TVA) par personne et par jour, repas et documentation inclus. Vous recevez un point  par leçon suivie. Les points sont directement crédités sur votre compte de formation.

Vous trouverez des informations détaillées sur les conférences et cours proposés dans la prochaine édition de *d-inside*.

Claudia Meier / trad: csr

Sponsors d'or:



Sponsors d'argent:



Sponsors de bronze:



Découvertes, produits nouveaux: les sujets de discussion ne manquent pas au forum de formation.



Melisana SA

L'eau de Mélisse MELISANA Klosterfrau aide en cas de troubles digestifs. Nouveau: elle est disponible en flacon de 20 ml, un format très pratique. L'eau de Mélisse MELISANA Klosterfrau, qui contient des huiles essentielles de mélisse et 12 autres herbes médicinales, aide en cas de troubles digestifs non spécifiques comme les ballonnements et les lourdeurs d'estomac. Contient 66 % vol. d'alcool. Veuillez lire la notice d'emballage. www.melisana.ch



Biomed SA

Le nouveau Hydro Santa[®] gel vaginal à double effet combine l'acide hyaluronique et l'acide lactique dans un seul produit. Hydro Santa[®] contribue à soulager les symptômes dus à la sécheresse vaginale (comme des démangeaisons et des sensations de brûlure) et normalise le pH. Avec tube applicateur refermable.

www.hydrosanta.ch

Marc Schmid
Betriebsmittel

« Wir organisieren Ihnen die richtigen Betriebsmittel wie Leuchtmittel, Medikamenten- oder Sicherheitsschränke zu fairen Preisen! »

adroplan
BERATUNG DIE WIRKT

www.adroplan.ch



Holle baby food Sàrl

Les laits de suite Holle avec du lait Demeter – une qualité exceptionnelle pour votre bébé. En n'utilisant que du lait bio-dynamique, Holle offre la meilleure qualité et donc une base fiable pour une alimentation pour bébé naturelle. Biologique, dynamique, saine.



Marché de l'emploi

Délai d'insertion pour la prochaine édition: 4 juin 2013
Envoyer les annonces électroniques à: insetate@drogistenverband.ch

www.d-flash.ch » Anzeige

Vous recherchez un emploi ou avez un poste à repourvoir? Consultez notre marché de l'emploi! Offres actuelles quotidiennes sur: www.d-flash.ch

Nouveaux membres

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

Section: ZH/SH

Andrea Jenzer,
Nature First Drogerie, Niederdorfstrasse 29, 8001 Zürich

Section: AG

Evelyne Huser,
Paracelsus Apotheke Drogerie AG, Landstrasse 119, 5430 Wettingen

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

Drogerie / Divers

Zu verkaufen

Landdrogerie

im Luzerner Hinterland in kleinem Zentrum.

Für weitere Auskünfte:
Telefon 078 752 12 18

Offres d'emploi

Unsere Geschäftsführerin bekommt Nachwuchs...

Deshalb suchen wir auf ca. September 2013

eine/n Drogist/in HF 100 %

in eine Landdrogerie im Luzerner Hinterland. Ihre Stärken liegen in der Naturheilkunde, Sie lieben den Kundenkontakt und es erwartet Sie ein junges, motiviertes Team.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Drogerie Schilliger
Ursi Schilliger
Luzernerstrasse 5
6343 Rotkreuz
Telefon 041 790 11 14

Die Drogerie mit den attraktivsten Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukten.

Wir suchen per:

1.8.2013 ein/-e Drogist/-in 100 % in St. Moritz

Ihr Aufgabengebiet:

– Topberatung unserer einheimischen Kundschaft sowie Touristen im Bereich des klassischen Drogeriesortiments, Depotkosmetik, sowie Spagyrik, Schüssler und Engadiner Gesundheits- und Schönheitsprodukte

Anforderungsprofil:

– Drogist/-in EFZ
– Freude an der Beratung einer internationaler Kundschaft (italienisch von Vorteil)
– Depotkenntnisse

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



Gut vernetzte Drogerien = spannende Arbeitsplätze!

Wir sind Partner der swidro



Ab August/September 2013 oder nach Vereinbarung suchen wir eine

Drogistin (100%) (Mit Flair für Kosmetik und evtl. Stv. Funktion)

Da unsere langjährige Mitarbeiterin Mami wird, suchen wir eine Nachfolgerin. Die Arbeit bei uns macht Freude und Spass und ist zugleich eine echte Herausforderung.

SIE

- sind kooperatives und teamorientiertes Arbeiten gewohnt
- haben ein besonderes Flair für Depotkosmetik und Phytotherapie
- haben Freude im Umgang mit EDV-unterstützter Warenbewirtschaftung
- können Mitarbeitende führen und motivieren
- bringen ein hohes Mass an Selbstständigkeit mit
- führen gerne Beratungsgespräche
- planen, organisieren und führen Aktivitäten durch

WIR BIETEN

- ein aufgestelltes, fröhliches Team
- eine ausgesprochen beratungsintensive Kundschaft
- einen Naturheilmittelbereich der besonderen Art mit spannenden Hausspezialitäten
- einen Schönheitsbereich mit den Depots Estée Lauder, Clinique, Biotherm, Eucerin und Louis Widmer

Wenn Sie diese Herausforderung anspricht, freuen wir uns auf Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen. Bei Fragen steht Ihnen Martin Breitenmoser gerne zur Verfügung

DROPA Drogerie Breitenmoser
Zielstrasse 13, 9050 Appenzell
Telefon 071 787 38 28

dropa.breitenmoser@dropa.ch, www.dropa.ch
www.appenzeller-naturheilmittel.ch



Wir suchen für die Drogerie in **Samnaun/GR:**

eine/n **Drogistin/Drogisten**

Wünschenswert: Gute Kenntnisse in Naturheilkunde und Pharma.

Das Kernsortiment beinhaltet
Naturheilmittel: Similasan, Vogel, Ceres, Alpinamed, Nutrexin, Schüssler, Burgerstein.
Kosmetik: Goloy 33, Widmer, Vichy.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Medi-Center

Pozstrasse 3, 7563 Samnaun
Telefon 081 861 81 11
info@medi-center.ch

Drogistin 100 %

Per August 2013 oder nach Vereinbarung suchen wir eine, aufgestellte, teamfähige, motivierte sowie kunden- und verkaufsorientierte Drogistin. In unserem Familienbetrieb erwartet Sie ein vielseitiges Drogerieangebot mit den Schwerpunkten Pharma, Naturheilmittel, Reformprodukten und Kosmetik. (Gruppe SWIDRO, IT Waris). Arbeiten Sie gerne selbständig, haben Sie Freude an Verantwortung und ein Flair für Ausstellungen und Dekorationen?

Dann melden Sie sich bei uns. Ein herzliches Team freut sich auf Ihre Bewerbung oder Ihren Anruf an:

Julia Hildebrand,
Telefon 061 321 23 73
hildebrand@vtxmail.ch



Für unser Geschäft im Dorfzentrum von **Dornach** suchen wir per 1. August 2013 oder nach Vereinbarung ein/e

Drogist/in HF 20 bis 60 % zur Abwesenheitsvertretung
Mit unserem breitgefächerten Angebot und unserem vielseitigen Produktesortiment können wir Ihnen eine abwechslungsreiche und interessante Tätigkeit anbieten.

Sie haben Freude an der Beratung und Betreuung unserer Kundinnen und Kunden, und übernehmen gerne eine verantwortungsvolle Tätigkeit.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen senden Sie bitte an:
Frau I. Jacquemai



Der Rägeboge in Winterthur vereint den Bio.Markt, die Natur.Drogerie und das Bio.Bistro unter einem Dach. Die Rägeboge Natur. Drogerie ist auf Naturkosmetik, Natur-Heilmittel und ökologische Haushaltsprodukte spezialisiert.

Per 1.8.2013 oder nach Vereinbarung suchen wir eine/n engagierte **Drogistin** bzw. engagierte **Drogisten**.

Den genauen Stellenbeschrieb finden Sie auf www.raegeboge.com. Rägeboge Winterthur GmbH, Rudolfstrasse 13, 8400 Winterthur.



Wir sind eine lebhaftige Naturdrogerie 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:
Drogerie zum Chrüterhüsli AG, Didier Rebetez,
Gerbergasse 69, 4051 Basel, info@chrueterhuesli.ch

Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung eine **Drogistin (100%)**

zur Mitarbeit beim Rüsten der bestellten Waren, im Spezialitätenlager sowie beim Spezialitätendefekt. Berufserfahrung und Erfahrung im Apothekenbereich sind von Vorteil.

Wir bieten Ihnen einen abwechslungsreichen Arbeitsplatz mit attraktiven Anstellungsbedingungen.

Sind Sie interessiert? Dann freuen wir uns über Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen.

GROSSE APOTHEKE DR. G. BICHSEL AG
Bahnhofstr. 5a, 3800 Interlaken, Tel.033 827 60 08



drogerie-savoy.ch

Wir sind eine innovative Drogerie in Zürich-Albisrieden mit Ausrichtung Naturheilmittel und Naturkosmetik und suchen per Juli 2013 oder nach Vereinbarung in unser Team eine erfahrene und engagierte

Drogistin 80 - 100 %

Es erwartet Sie eine vielseitige Stelle, bei der selbständiges und kundenorientiertes Arbeiten in einer angenehmen Arbeitsatmosphäre selbstverständlich ist.

Wir erwarten gute Kenntnisse in diversen natürlichen Heilmethoden und Freude an persönlicher und individueller Beratung. Sie schätzen das Arbeiten in einem kleinen Team und übernehmen gerne Verantwortung.

Sind Sie bereit für einen Neustart in einem sympathischen Team bei dem Sie nicht nur gefordert sondern auch gefördert werden?

Stephan Savoy freut sich auf Ihre Bewerbungsunterlagen.

Drogerie SAVOY Albisriederstrasse 369 8047 Zürich
Tel. 044 496 60 20 mail@drogerie-savoy.ch

Gesund einkaufen, gesund leben!

In unsere lebhafteste Reform-Drogerie und Reform-Fachgeschäft im Glattzentrum-Wallisellen suchen wir per

1. Juni 2013 oder nach Vereinbarung eine(n)

**Stv. Filialleiter/in
Drogistin/Drogist 100%**

Gelernte(r) Drogist/in mit Weiterbildung/Erfahrung im Bereich Ernährung.

Wir suchen eine gut organisierte, flexible, ausgeglichene und belastbare Persönlichkeit, welcher der offene und unkomplizierte Umgang mit Menschen am Herzen liegt. Sie unterstützen die Filialleitung tatkräftig in allen Bereichen, sind selbständiges Arbeiten gewohnt und in der Lage Ihre Mitarbeiter zu motivieren. Ihre Arbeitsweise ist ruhig, besonnen und ausgleichend in allen Situationen und gesunde Ernährung spielt in Ihrem Leben eine sehr wichtige Rolle. Zudem besitzen Sie die Fähigkeit, auch Ihre Mitmenschen davon zu überzeugen. Idealerweise haben Sie bereits Erfahrung in dieser Position.

Unser gemeinsames Ziel ist, die Kundschaft mit unseren Produkten zu begeistern und mit unseren Dienstleistungen zu verwöhnen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt, dann freut sich Andreas Täschler auf Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen.



MÜLLER Reformhaus
Vital Shop AG
8301 Glattzentrum-
Wallisellen
Tel.: 043 233 78 50
stellen@reformhaus.ch

SWICA bietet über einer Million Menschen umfassende Dienstleistungen rund um die Gesundheit. So profitieren Privatpersonen und Unternehmen von optimaler Medizin und finanzieller Sicherheit bei Krankheit und Unfall. Entscheiden auch Sie sich für SWICA. Wir freuen uns auf neue Kolleginnen und Kollegen, die engagiert mitarbeiten.

Für unseren Bereich Komplementärmedizin auf der Generaldirektion in Winterthur suchen wir Sie als

**Leiter Fachbereich
Komplementärmedizin
(w/m)**

In dieser Kaderfunktion sind Sie verantwortlich für eine fach- und sachgerechte Bearbeitung von Leistungsfällen im Bereich Komplementärmedizin und Gesundheitsvorsorge. Mit der Erarbeitung und Definition von Kostenlenkungsmaßnahmen im eigenen Fachbereich leisten Sie einen wesentlichen Beitrag zur Erreichung der festgelegten Ziele. Sie unterstützen zudem den Vorgesetzten bei der Qualitätssicherung und beim Controlling. Die Durchführung von Tagungen wie auch die Koordination mit anderen Fachbereichen sowie mit Betrieb und Kundendienst runden das verantwortungsvolle Aufgabenfeld ab.

Ihre soliden Kenntnisse im kaufmännischen und komplementärmedizinischen Bereich haben Sie sich mit mehrjähriger Tätigkeit in einem ähnlichen Aufgabenfeld erarbeitet. Sie bezeichnen sich als gefestigte Persönlichkeit mit sicherem Entscheidungsverhalten. Ihre Belastbarkeit und kommunikativen Fähigkeiten wie auch Ihre Teamorientierung haben Sie mehrfach unter Beweis gestellt. Stilsicheres Deutsch in Wort und Schrift wie auch gute Anwenderkenntnisse mit MS Office setzen wir voraus. Vorzugsweise bringen Sie zudem Französisch- und Italienischkenntnisse mit.

Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche Aufgabe in einem angenehmen und dynamischen Umfeld mit attraktiven Anstellungsbedingungen. Eine permanente Förderung und Weiterentwicklung unserer Mitarbeiter sind für uns selbstverständlich.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Frau Cornelia Hess freut sich auf Ihre aussagekräftige und komplette Dokumentation an personal@swica.ch Für detaillierte Informationen zur Stelle kontaktieren Sie bitte Frau Sandra Zuber, Telefon 052 244 22 30.

Mehr über uns erfahren Sie unter: www.swica.ch

FÜR DIE BESTE MEDIZIN.
HEUTE UND MORGEN.



Neuenegg

Nach Vereinbarung suchen wir eine/n



Dipl. Drogist/in HF (80 - 100%)

als Geschäftsführer/in.

WIR bieten eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Arbeit in einem eingespielten und kollegialen Team, mit Schwerpunkt in kompetenter und zuvorkommender Kundenberatung.

SIE verfügen über

- Begeisterung am Drogistenberuf, und haben innovative Ideen
- Organisationstalent und handeln mit Eigeninitiative
- Gute Kenntnisse im Bereich Komplementärmedizin
- kundenorientierte und sympathische Beratungsfähigkeiten

Gerne erteilen wir Ihnen weitere Auskünfte oder freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Apotheken und Drogerien
Dr. H. & K. Gurtner AG
Stephan Gerber
Bernstrasse 72
3018 Bern-Bümpliz
031 992 10 62

www.neuenegg-drogerie.ch

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.



A question précise...

«Le commerce spécialisé se regroupe et crée de plus en plus de chaînes commerciales. Ce sont les centrales et la direction qui définissent le cap. De ce fait, l'industrie se trouve sous pression et doit rechercher d'autres canaux de distribution, via internet, le marché de l'exportation et surtout les grands distributeurs. Comment faites-vous face à la concurrence croissante?»

David Pestalozzi, propriétaire de Bio-Strath SA



...réponse directe

«Le passé l'a montré: emprunter ensemble la même voie conduit généralement à une réussite réciproque. De mon point de vue, la concentration dans le canal spécialisé peut donc offrir de nouvelles chances à l'industrie et au commerce. Car une collaboration avec les chaînes ou les groupements garantit à l'industrie des accords contractuels, des voies de communication directes, des prises de décision rapides et un facteur de multiplication élevé. Comme nous sommes aussi soumis à une pression croissante, nous cherchons également de nouvelles voies. Une option facile – et tentante – serait de faire fi de la collaboration avec l'industrie, par exemple en misant sur les importations parallèles pour certains produits. Mais comme je l'ai dit, nous sommes partisans de la voie commune.»

Franklin Schatzmann, membre de la direction de Dr Bähler Droga SA



Et la suite

La prochaine question s'adresse à Stephan Siegrist, fondateur et directeur de Thinktanks W.I.R.E. Franklin Schatzmann lui demande:

«Les plates-formes comme «Patients like me» sont à la mode aux Etats-Unis et ont aussi le vent en poupe chez nous. Par ailleurs, les forums où les personnes partageant les mêmes intérêts peuvent échanger rapidement et simplement ne désemplissent pas. Ces plates-formes vont-elles à terme remplacer les conseils dispensés en droguerie?»

La réponse de Stephan Siegrist paraîtra dans l'édition de juillet/août de d-inside.

Wir suchen per 1. Juli 2013 oder nach Vereinbarung eine/n

**Drogistin (100%)
mit guten Naturheilmittelkenntnissen**



SIE

- Ihre Stärken liegen in der aktiven und umfassenden Kundenberatung
- Ihre Leidenschaft sind die Naturheilmittel (Heidak, Schüsslersalze, Homöopathie, ...)
- Sie organisieren gerne Promotionen und Vorträge
- Sie sind kreativ und zeigen Eigeninitiative
- Sie übernehmen gerne Verantwortung
- Sie sind ausgeglichen und flexibel
- Sie übernehmen auch gerne diverse administrative Aufgaben

WIR BIETEN

- Eine interessante, verantwortungsvolle Stelle in einer modernen Drogerie
- Abwechslungsreiche Herausforderungen
- Ein aufgestelltes Team und eine angenehme Kundschaft
- Professionelle externe und interne DROGA Aus – und Weiterbildung
- Neben dem Drogeriesortiment, eine Kosmetikabteilung mit Estée Lauder, Clinique, Clarins und Düften

Fühlen Sie sich angesprochen? Ich freue mich, Sie kennen zu lernen. Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Die Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an folgende Adresse:

DROGA Drogerie Unterentfelden
z.H. Regina Gfeller
Migros-Center, Binzmattweg 8
5035 Unterentfelden

Telefon: 062 724 91 91
droga.unterentfelden@droga.ch, www.droga.ch



LAURETANA®

Das leichteste Wasser Europas

Untersucht und empfohlen von Dr. Masaru Emoto

LAURETANA – unerreicht in Geschmack und Wirkung!

Jetzt neu im Sortiment bei
biopartner und
 **Galexis**



Mit nur 14 mg Mineralsalze/Liter das leichteste und weichste Wasser Europas

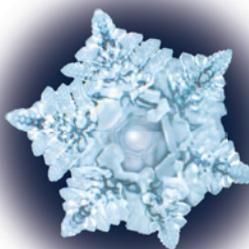
- Unterstützt die natürliche Entgiftung und Entschlackung
- Fördert die Harnsäureausscheidung
- Ideal zu allen Fastenkuren und zur Einnahme von Kur- und Nahrungsergänzungsmitteln
- Unerreicht leicht und weich im Geschmack

Sehr energiereich durch natürliche Bioresonanzen

- Löst Blockaden, harmonisiert und vitalisiert den Körper
- Aus artesischer Quelle – ohne mechanischen Druck abgefüllt
- Keine Ozonbehandlung. Keine UV-Bestrahlung

Vom Monte Rosa Massiv in Ihr Regal!

- Hochgebirgsquellwasser von einzigartiger Reinheit



LAURETANA Kristallbild PET-Flasche

*) Bestimmungsgrenze: 0,02 µg

www.lauretana.ch