



LE JEÛNE: UN RÉPIT POUR L'ORGANISME

LA SITUATION DE DROGUERIES
DE RÉGIONS TOURISTIQUES

CHANGEMENT DE STRATÉGIE
CHEZ BIO-STRATH SA

LA BRONCHO-PNEUMOPATHIE
CHRONIQUE OBSTRUCTIVE



ALERTE SINUSITE



BRISER LA
VITRE EN CAS
D'URGENCE
(AIDE NATURELLE)



NATURELLEMENT FORT EN CAS DE SINUSITE

Vous trouvez plus d'informations sous:
www.emser.ch/sinusite

Siemens & Co, D-56119 Bad Ems



Détoxiner, éliminer,
purifier: les mécanismes
et l'utilité du jeûne.



5 Les étudiants de l'ESD à l'ASD

La découverte des coulisses de l'ASD a réservé bien des surprises aux étudiants



6 Les drogueries des régions touristiques

L'évolution du tourisme nécessite l'élaboration de nouvelles stratégies

9 Don d'organes

Une campagne incite à parler du don d'organes

10 Cure de jouvence chez Bio-Strath

La nouvelle ligne Strath, rajeunie, arrivera ce printemps dans le commerce spécialisé



18 Interview d'Urs Hüttinger et Hubert Bürgi

Un droguiste et un agronome dirigent ensemble l'entreprise de produits naturels Sonnenkorn. Ils nous confient leur conception du rôle d'entrepreneur en 2017.

22 La broncho-pneumopathie chronique obstructive

On peut influencer positivement l'évolution de la BPCO

26 Mycose des ongles

Pour une prévention et un traitement réussis

28 Employés Droguistes Suisse

Maladie réelle ou simulée – les droits de l'employeur et de l'employé. 3^e partie

30 Marché de l'emploi

IMPRESSUM D-INSIDE

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, Rue de Nidau 15, 2502 Bienne; info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

Direction: Martin Bangerter; rédacteur en chef: Heinrich Gasser (hrg); rédacteur en chef adjoint: Lukas Fuhrer (lf); traduction: Claudia Spätig (cs), Marie-Noëlle Hofmann (mh); annonces: Heinrich Gasser (ad interim), inserate@drogistenverband.ch; conseils spécialisés: Elisabeth Huber (service scientifique), Andrea Ullius (responsable du développement de la branche); mise en page: Claudia Luginbühl; couverture: fotolia.com

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, a.schiliro@drogistenverband.ch; ISSN 2297-1688; 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

Boiron a lancé fin novembre la version allemande d'un outil pratique et efficace d'aide au conseil pour les pharmaciens et droguistes « Homéopathie et Prescription Officinale », rédigé par deux pharmaciens: Michèle Boiron et François Roux.

Cet ouvrage pratique de conseil en homéopathie aidera le personnel des pharmacies et drogueries à la prescription. Concis et synthétique, cet ouvrage couvre les **43 situations cliniques les plus courantes** auxquelles pharmaciens et droguistes font face quotidiennement; de la toux au mal des transports, en passant par les piqûres d'insectes. Chaque situation est présentée sous forme d'une fiche „contexte“ avec les principales questions d'anamnèse à investiguer, ainsi qu'un arbre décisionnel pour fournir le bon conseil.

Les auteurs de l'ouvrage sont : **Michèle Boiron, pharmacienne**, est la fille et nièce des frères Jean et Henri Boiron, fondateurs de l'entreprise Boiron qui fabrique et distribue des médicaments homéopathiques dans le monde. **François Roux**, pharmacien d'officine, a 26 ans d'expérience en homéopathie; il est responsable pédagogique du diplôme universitaire d'homéopathie pharmaceutique à la faculté de pharmacie de Toulouse.



Cet ouvrage existe également en allemand.



Boiron SA, 3007 Berne
www.boiron-swiss.ch

«L'ASSOCIATION A UN RÔLE ACTIF ABSOLU»

Les étudiants de l'ESD expliquent ce que la visite du secrétariat central de l'Association suisse des droguistes à Bienne leur a apporté.

Chaque fin d'année, l'Association suisse des droguistes (ASD) et les étudiants de l'ESD de deuxième année perpétuent une belle tradition. L'ASD accueille les futurs droguistes ES dans ses locaux de Bienne. Ils peuvent y faire la connaissance des collaborateurs et voir concrètement en quoi consiste leur travail.

La branche de la droguerie profite du travail de l'association

Les activités de l'Association suisse des droguistes se concentrent sur les domaines suivants: politique et branche, gestion de qualité, formation, perfectionnement et formation continue et conditions cadre sociales, médias et communication, ainsi que sur le secteur interne ressources et services. Le 12 décembre, durant tout un après-midi, les étudiants ont pu voir de leurs propres yeux ce que le travail de l'ASD apporte comme bénéfice à la branche de la droguerie dans les différents secteurs. Quatre étudiantes nous expliquent ce qui les a le plus marqué.

Echanges aussi à l'ESD

L'échange entre l'ASD et les étudiants de l'ESD ne se limite toutefois pas à leur traditionnelle visite à Bienne: en mai, un échange est prévu avec le comité central. En outre des représentants de l'association enseignent à l'ESD des matières en lien avec la branche de manière ponctuelle. Enfin, l'ASD et ses partenaires organisent chaque année le forum de formation, la plus importante manifestation de la branche de la droguerie, à l'ESD à Neuchâtel. Les étudiants peuvent y profiter d'échanges avec l'association et avec les partenaires de l'industrie. Les étudiants de l'ESD et les collaborateurs du secrétariat de l'ASD ont terminé cette journée riche en expériences en partageant une boisson chaude au marché de Noël de Bienne.

| Lukas Fuhrer / trad: mh



ANNA-MARIA MARTINS

«Je suis étonnée du grand nombre d'instruments de marketing dont dispose l'ASD. Je trouve par exemple super le réseau de contenus et de publicité qui offre la possibilité aux drogueries d'intégrer sur leurs propres sites internet des teasers d'articles de vitagate.ch.»



PRISCILLA HENRIQUES

«J'ai été surprise de l'important travail politique réalisé par l'ASD pendant la révision complète de la loi sur les produits thérapeutiques. L'association a un rôle actif absolu. C'est aussi intéressant de voir ce que l'association offre en matière de formation et de perfectionnement. Je n'en savais rien.»



HALAJ GENTIANA

«Jusqu'à présent, j'associais l'ASD surtout à la *Tribune du droguiste*. Grâce à cette visite à l'ASD mais aussi à d'autres occasions à l'ESD, j'ai pu constater que la collaboration entre les drogueries et l'association est très importante.»



NICOLE KOOP

«Pour moi, il est passionnant d'apprendre que l'équipe du service externe rencontre de manière active des partenaires de l'industrie et leur vend des annonces pour les médias de l'ASD. Cela procure finalement des revenus à l'ASD dont nous profitons également. Les rencontres avec les collaborateurs de l'ASD permettent également de voir les objectifs et les stratégies à long terme de l'association.»

LES DÉFIS DES DROGUERIES DES STATIONS DE VACANCES

Le tourisme suisse est à la peine. Franc fort, initiative sur les résidences secondaires et météo incertaine causent bien des soucis aux stations touristiques helvétiques. Les drogueries des sites de vacances sont aussi concernées – *d-inside* en a visité trois.

Il y a encore quelques années, la plupart des drogueries des stations de vacances classiques ne rencontraient pas de problèmes majeurs. Leur pire ennemi était souvent le pharmacien ou même le droguiste du coin. Les vacanciers achetaient, les espaces consacrés à la cosmétique étaient pleins et les besoins en personnel explosaient durant la haute saison. Aujourd'hui, la situation n'est plus aussi idyllique. Les deux crises de l'euro et le franc fort ont laissé des traces: la Suisse est devenue extrêmement chère pour les touristes étrangers. Cela se remarque particulièrement au niveau des marchés cibles classiques. Depuis 2007, le nombre de touristes allemands a diminué de 40 %, celui des Anglais de 28 % et des Hollandais de 41 %. Certes, les marchés asiatiques sont en plein essor: 400 % de visiteurs chinois en plus, 85 % de plus en provenance d'Inde et 105 % de Corée de Sud. Il n'en reste pas moins qu'en chiffres absolus, 2,5 millions de nuitées ont été perdues par rapport à 2007.

Et quand la météo s'y met aussi...

Tandis que les drogueries des zones frontalières souffrent du tourisme d'achat, les drogueries des destinations touristiques enregistrent d'importantes chutes de leur chiffre d'affaires depuis le début de la crise de l'euro. *Isabelle Mosca*, établie à Scuol (GR) avec sa droguerie, peut en témoigner. Il y a deux ans, elle possédait encore deux drogueries à Samedan et à Saint-Moritz. Mais au plus fort

de la crise, alors qu'une météo catastrophique s'ajoutait à la baisse de l'euro, elle a été confrontée à une diminution de 14 % de son chiffre d'affaires. Ce sont surtout les communes de Haute-Engadine qui ont fait les frais de cette crise. A Scuol, *Isabella Mosca* a pu limiter les dégâts: «La plupart de nos hôtes sont suisses, suivis par les Allemands et les Italiens. Grâce à nos fidèles touristes helvétiques et à nos clients locaux, nous avons pu stabiliser notre chiffre d'affaires. Le tourisme hebdomadaire y a aussi contribué. Et grâce au tunnel de la Vereina et aux bains de Scuol, la région est aussi intéressante pour de courts séjours.»

Arosa: des offres «inclusives» pour attirer les touristes

La situation est un peu différente pour *Markus Grieshaber*, propriétaire de la droguerie *Abderhalden* à Wildhaus (SG). Si le tourisme d'achat l'inquiète, car les gens de la région sont nombreux à passer la frontière pour faire leurs achats, il constate que la diminution des visiteurs allemands et hollandais n'a pas eu de graves répercussions grâce aux quelque 400 appartements de vacances de la station qui sont majoritairement occupés par des Suisses. «Au Toggenbourg, nous accueillons beaucoup de familles et de retraités, majoritairement en provenance des régions de Zurich, d'Argovie et de Schaffhouse. Lorsque la route le long du lac de Walenstadt était encore connue pour ses



ISABELLA MOSCA, DROGUERIE MOSCA

«Grâce au tunnel de la Vereina et aux bains de Scuol, nous sommes aussi intéressants pour de courts séjours.»



MARKUS GRIESHABER, DROGUERIE ABDERHALDEN

«Avec nos spécialités maison, nous pouvons créer des liens durables avec les clients.»





interminables bouchons, le Toggenbourg a su s'affirmer comme une attrayante alternative aux Grisons et au Tessin. Et maintenant, grâce à de nombreuses idées et d'importants efforts, nous avons plus ou moins pu maintenir notre chiffre d'affaires», explique Markus Grieshaber.

A Arosa (GR), la droguerie Spillmann fait face à de sérieux problèmes. «Le franc fort nous a fait perdre près de 10 % de notre chiffre d'affaires. C'est surtout le secteur de la cosmétique qui a écopé», précise la directrice *Marina Suter*. Si la baisse n'a pas été pire, Arosa le doit à la réaction rapide des responsables du tourisme de la région. Outre la gratuité des bus locaux pour les hôtes, la commune a introduit d'autres offres «inclusives». Ainsi, l'école de ski est gratuite pour les enfants. «Les touristes ont remarqué que grâce à ces bonnes offres, ils ne dépensent pas plus à Arosa que, par exemple, en vacances en Autriche», précise Marina Suter.

Développer l'assortiment de manière ciblée
Lorsque le touriste est finalement dans la droguerie, Isabella Mosca, Markus Grieshaber et Marina Suter constatent tous trois qu'il achète surtout les produits suivants: des articles qu'il (ou elle) a oublié à la maison, des médicaments et des cadeaux en guise de souvenir. C'est en particulier pour ré-

pondre à cette dernière attente qu'Isabella Mosca a développé les lignes Arven et Alpenrose, qui se vendent comme des petits pains. S'y ajoutent des produits à l'edelweiss de son collègue Patrick Thurner et d'autres spécialités locales.

Chez Markus Grieshaber, à Wildhaus, les spécialités maison sont très demandées: «Les hôtes viennent souvent chez nous pour avoir des conseils sur des thèmes de santé. Avec nos spécialités maison, nous pouvons créer des liens durables avec les clients.» Pour que les touristes puissent aussi faire leurs provisions quotidiennes, il a complété son assortiment avec des produits alimentaires de la région et des spécialités bio. Au top des ventes de Markus Grieshaber: les cartes postales. Il faut dire qu'elles sont particulières: les photographies sont de lui!

A Arosa, l'accent est notamment mis sur la cosmétique. «Nos clients apprécient notre vaste choix, les conseils compétents et nos «produits de luxe». Mais je dois être sincère: nous avons encore un important potentiel dans le domaine des spécialités maison et aimerions mieux l'exploiter à l'avenir», confie Marina Suter.

La recherche de personnel peut être ardue
Par rapport au passé, l'effectif du personnel ne varie plus autant entre la haute et la moyenne saison. Les trois drogueries visitées indiquent disposer d'un 100 % supplémentaire durant la haute saison, de Noël à Pâques. A Arosa, ces 100 % correspondent effectivement à un poste saisonnier, quant aux drogueries de Scuol et de Wildhaus, elles comblent les besoins supplémentaires en augmentant provisoirement le taux de travail de leurs collaborateurs. Autrefois, il était bien vu, au terme de l'apprentissage, de décrocher un poste pour une saison dans les Grisons ou l'Oberland bernois. Mais aujourd'hui, les jeunes droguistes misent plus sur la continuité. Marina Suter à Arosa trouve cependant toujours à pourvoir son poste saisonnier. »



MARINA SUTER, DROGUERIE SPILLMANN

«Nos clients apprécient notre vaste choix, les conseils compétents et nos «produits de luxe».»



Il faut dire qu'Arosa jouit d'une bonne réputation dans la branche de la droguerie.

La situation est plus difficile pour les drogueries en Engadine, remarque

Isabella Mosca. Comme les lieux sont un peu à l'écart de la cohue, il faut plus de force de persuasion pour attirer les gens en Engadine. La recherche de droguistes ES s'avère particulièrement ardue. Mais Isabella Mosca a trouvé une bonne solution pour prévenir toute pénurie de personnel: «J'attache beaucoup d'importance à un apprentissage solide et de qualité et j'essaie de garder les nouveaux professionnels dans la vallée.»

Besoin de nouveaux élans

Quelle que soit la région touristique dans laquelle une droguerie se situe, de nouvelles impulsions seront nécessaires, tant de la part des régions que

des drogueries. Outre son offre «all inclusive», Arosa mise sur un parc à ours, Wildhaus aménage un sentier des sons ainsi qu'un nouvel hôtel familial et Scuol lance, avec Mia Engiadina, un intéressant projet qui devrait aider au développement durable de la région. Et peut-être, si la candidature des Grisons était retenue, les Jeux Olympiques donneront-ils aussi un nouvel élan à ces trois sites.

| Andrea Ullius / trad: cs



ESD ÉCOLE SUPÉRIEURE DE DROGUERIE

HÖHERE FACHSCHULE FÜR DROGISTINNEN UND DROGISTEN



ESD-Cycle de formation 2017-19 Des perspectives pour l'avenir

Début du cycle 2017-19: Lundi 14 août 2017

Délai d'inscription pour le cycle 2017-19: Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au **28 février 2017**.

Journée de discussion: Nous répondrons à toutes vos questions relatives à la matière de l'examen d'admission le jeudi 9 mars 2017.

Examen d'admission: Mercredi 22 mars 2017

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 d'information cycle 2018-20: Lundi **30 octobre 2017**, 14h00-17h00. Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues.

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

École supérieure de droguerie

Rue de l'Évole 41, 2000 Neuchâtel, Tél. 032 717 46 00, Fax 032 717 46 09, cpln-esd@rpn.ch, www.esd.ch

ESD-Ausbildungszyklus 2017-19 Eine Zukunft mit Perspektiven

Beginn des Ausbildungszyklus 2017-19:

Montag, 14. August 2017

Einschreibefrist für den Zyklus 2017-19: Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der **28. Februar 2017**.

Besprechungstag: Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 9. März 2017.

Aufnahmeprüfung: Mittwoch, 22. März 2017

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.

Informationstag Zyklus 2018-20: Montag, **30. Oktober 2017**, 14.00-17.00 Uhr. Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.



NOUVELLE CAMPAGNE SUR LE DON D'ORGANES

Les professionnels de la santé contribuent largement à sensibiliser la population au thème du don d'organes. Une nouvelle campagne table également sur la collaboration avec les drogueries.



La brochure sur le don d'organes contient toutes les informations importantes ainsi qu'une carte de donneur à détacher – pour le donneur ou la donneuse ainsi qu'un double pour ses proches.

Aujourd'hui en Suisse, près de 1500 personnes espèrent recevoir un don d'organe. Chaque semaine, deux personnes décèdent faute d'avoir reçu une greffe. Même si 80 % des Suisses se disent favorables au don d'organes, peu d'entre eux informent leurs proches de leur volonté. Mais la question du don d'organes peut parfois survenir très soudainement. C'est un soulagement quand les proches connaissent la volonté de la personne décédée. Or, comme le communique l'Office fédéral de la santé publique OFSP, lorsque les familles en deuil doivent décider elles-mêmes, une sur deux refuse le prélèvement d'organes.

Une campagne qui libère la parole L'OFSP, en partenariat avec Swisstransplant, veut inciter les personnes à affirmer clairement leur volonté. Une nouvelle campagne encourage donc le dialogue concernant la question du don d'organes et invite chacun à informer sa famille de sa volonté ou de remplir une carte de donneur. Pour sensibiliser la population, l'OFSP veut collaborer avec les professionnels de la santé des drogueries, des

pharmacies, des cabinets médicaux et des hôpitaux. «Les sondages que nous avons menés montrent que les gens sont plus enclins à parler du don d'organes avec les personnes avec lesquelles ils entretiennent une relation de confiance. Parmi elles, il y a non seulement les proches, mais aussi les médecins et les professionnels de la santé», explique Cinzia Pastore Ferrari, responsable de la campagne. Les drogueries peuvent commander gratuitement le matériel d'information, dont une brochure qui aborde les points principaux concernant le don d'organes ainsi qu'une carte de donneur à détacher (voir «En savoir plus»). «Pour nos campagnes, nous collaborons toujours, si possible, avec l'Association suisse des droguistes et des partenaires du domaine de la santé», poursuit Cinzia Pastore Ferrari. «Grâce aux droguistes, nous atteignons les personnes en première ligne. Pour nous, ils sont des partenaires dont nous ne saurions nous passer.»

Vivre, c'est partager
Que les gens parlent ouvertement entre eux du don d'organes est un des

objectifs de la campagne de l'OFSP. Mais il s'agit aussi de faire appel à la solidarité. Car si en Suisse près de 1500 patients ont eu besoin d'un don d'organe durant le premier semestre de 2016, seuls 160 organes ont pu être transplantés. Le matériel d'information et le site vivre-partager.ch expliquent comment les dons d'organes, de tissus ou de cellules peuvent sauver des vies ou améliorer pour longtemps la qualité de vie des receveurs.

La campagne en cours est une partie du plan d'action «Plus d'organes pour des transplantations», lancé en 2013 par le Conseil fédéral. Objectif: passer à 20 donneurs par million d'habitants d'ici 2018. C'est un objectif ambitieux puisque le nombre de donneurs par million d'habitants n'était que de 11,7 durant le premier semestre 2016. Cinzia Pastore Ferrari croit néanmoins à la réussite de ce plan d'action: «Nous collaborons à plusieurs niveaux avec Swisstransplant dans ce but. La campagne d'information est une partie du tout et si nous tirons tous à la même corde, nous espérons atteindre cet objectif.»

| Lukas Fuhrer / trad: cs

> EN SAVOIR PLUS

Commandez gratuitement le présentoir avec cartes de donneur et brochures, des affiches de format A2 et des autocollants «Chez nous, vous trouverez la carte de donneur d'organes».

CURE DE JOUVENCE SUR TOUTE LA LIGNE

Changement de stratégie pour l'entreprise de tradition Bio-Strath: passage d'un produit universel à une palette de produits aux indications claires. Et abandon du marketing offline au profit du marketing en ligne. Le public cible est la jeune génération, active et intéressée par sa santé. La nouvelle ligne Strath, rajeunie, sera disponible au printemps 2017, exclusivement dans le commerce spécialisé.



Sandra Bachmann et Alain Hospenthal ciblent une clientèle jeune et veulent l'inciter à chercher des produits et des prestations dans le commerce spécialisé.

Le petit flacon brun avec son étiquette bleue au centre de laquelle des fleurs multicolores rayonnent dans un cercle jaune-soleil est surtout connu de la génération des 60 ans et plus. Mieux encore: le look de Strath (autrefois la préparation de levure végétale s'appelait encore Bio-Strath) est à jamais gravé dans leur rétine. Apparaît alors l'image intemporelle de la mère s'apprêtant à administrer une cuillère pleine de cet épais jus brun-or à son enfant chétif pour le fortifier grâce à ces nombreuses substances vitales. Dans les années 80, ce fortifiant avait atteint la notoriété grâce à une intense campagne

de publicité télévisée, à une époque où les compléments alimentaires et autres préparations vitaminées étaient encore peu connus.

Pour Bio-Strath, entreprise familiale indépendante créée en 1961 à Zurich par *Fred Pestalozzi*, cette idyllique situation initiale a bien changé au fil des ans. La concurrence est devenue rude sur le marché et la clientèle de Bio-Strath est globalement vieillissante. Une étude de marché réalisée au printemps 2015 a révélé que l'apparence du produit est jugée vieillotte et que son efficacité est désormais trop peu connue, que l'assor-

timent est trop réduit et que la force d'innovation fait défaut. «Ce que Strath représente n'était plus clair», résume *Alain Hospenthal*, responsable marketing et ventes chez Bio-Strath. Par ailleurs, la concurrence a considérablement augmenté dans le commerce spécialisé avec les grands distributeurs qui participent allègrement au marché des compléments alimentaires.

Le défi: le changement des habitudes de consommation. Pour les responsables de l'entreprise de tradition qu'est Bio-Strath, il était donc

évident qu'un repositionnement de la marque était indispensable. Pour ce faire, ils avaient l'avantage de pouvoir compter sur de nombreux atouts. En effet, selon l'étude de marché, la marque jouit d'une image parfaite, le processus d'élaboration de Strath est unique et la présence du produit est bien marquée dans le commerce spécialisé. La marque est aussi connue et considérée comme «naturelle». Les préparations de levure végétale et les remèdes Strath sont aussi recherchés à l'étranger, en particulier en Afrique du Sud, au Canada et en Grande-Bretagne. «Ce sont nos principaux marchés hors de Suisse», confirme Alain Hospenthal.

Les principaux défis de la «Stratégie 2025», comme Bio-Strath appelle son repositionnement en interne, sont, outre les dispositions légales et le vieillissement démographique, les changements des habitudes de consommation. «Les jeunes ont tendance à ne pas aller dans les commerces spécialisés mais plutôt chez les grands distributeurs où nous ne vendons pas nos produits», explique Alain Hospenthal. La publicité, aussi, ne se consomme plus comme autrefois: les messages publicitaires atteignent les jeunes acheteurs moins via les annonces dans les médias imprimés et les spots télé que via internet et les smartphones. Bio-Strath a compris que l'entreprise doit passer au canal en ligne et l'exploiter activement. «L'interactivité à ce niveau est importante pour nous», souligne le spécialiste en marketing. Le groupe cible ainsi visé doit pouvoir découvrir les marques et les produits de manière ludique. Des concours sont prévus, ainsi que des clips sur les réseaux sociaux et des offres de formation sur «l'univers des substances vitales» et l'actualisation du navigateur d'études. «Nous avons beaucoup d'histoires à raconter et nous les racontons de manière à ce qu'elles touchent les gens plus jeunes», poursuit Alain Hospenthal. Car Bio-Strath est une marque iconique, à l'instar, notamment, d'Ovo-maltine.

Avec son bond technologique et son nouveau style de communication, l'entreprise est pionnière dans le domaine de la santé, assure Alain Hospenthal. D'autant que le marché de la santé est plutôt circonspect en matière de commerce en ligne. Avant le «big bang», autrement dit le lancement de la «Stratégie 2025», l'entreprise a déjà fait moult expériences prometteuses sur Facebook et YouTube. Ainsi, la communauté de fans sur les réseaux sociaux ne comptait que 250 membres en 2015 et plus de 2 000 en 2016. Et Alain Hospenthal de souligner qu'ils n'ont pas été achetés.

Rajeunissement de la marque et de la présentation

La nouvelle stratégie d'assortiment de l'entreprise est la suivante: offrir des solutions claires à des problèmes précis, rajeunir la marque et la présentation. Le cercle bien connu et très reconnaissable sur l'emballage reste en place car il attire le regard. Mais il s'affichera désormais en quatre couleurs différentes. Le jaune sera toujours attribué à l'original qui conservera aussi son nom. Son slogan: «Super naturel, éprouvé depuis des générations». L'orange sera le symbole de «Vitality» pour un «bon fonctionnement du système nerveux, une diminution de la fatigue et un fonctionnement normal des muscles» et sera enrichi de magnésium. Le terme «Immun» figurera, lui, dans le cercle vert. Ce produit, enrichi en zinc, servira au «bon fonctionnement du système immunitaire et à protéger les cellules du stress oxydatif». Toute la ligne, qui a déjà été testée sur le marché et présentée aux étudiants de l'ESD à Neuchâtel, se base sur la levure végétale. Si «Vitality» et «Immun» n'existent que sous la forme de comprimés et en deux tailles différentes, l'original sera toujours disponible en comprimés et en liquide. Enfin, les gouttes caractérisées par un cercle lilas s'utiliseront «en cas de fatigue et pour la détente». S'il n'en avait tenu qu'à Alain et son équipe, ce pro-

duit s'appellerait aujourd'hui «Recover» et s'intégrerait parfaitement dans la nouvelle ligne, tant au niveau du graphisme que de la langue. Mais l'Institut suisse des produits thérapeutiques, autorité d'autorisation des produits thérapeutiques, ne l'a pas entendu de cette oreille. «La justification était que le nom de «Recover» n'est pas compréhensible pour les néophytes et ne fait sens que pour les personnes qui parlent anglais.»

«La double stratégie en ligne et commerce spécialisé est très tendance»

Mais ce n'est pas ce petit incident qui fera capoter la nouvelle stratégie. «Nos produits francs et efficaces doivent nous permettre d'enthousiasmer les actifs entre 24 et 45 ans pour les produits Strath», explique *Sandra Bachmann*, droguiste ES et Marketing Key Account Suisse chez Bio-Strath. L'entreprise veut à nouveau inciter les jeunes gens à chercher des produits et des solutions dans le commerce spécialisé. Et internet joue un rôle important d'informateur dans ce domaine. Le client doit pouvoir s'informer sur les marques à la maison et, dans le meilleur des cas, faire son choix. L'acte d'achat se fait ensuite soit en ligne, soit physiquement dans le commerce spécialisé. Mais bien des gens, constate Alain Hospenthal, n'ont plus guère le temps de se rendre où que ce soit. C'est sans doute pourquoi cette double stratégie est «très tendance dans le commerce de détail.» D'ailleurs les produits Strath seront toujours exclusivement disponibles dans le commerce spécialisé. «Nous nous reconnaissons dans le commerce spécialisé et nous le soutenons», affirme Alain Hospenthal en conclusion.

| Claudia Merki / trad: cs

DE L'UTILITÉ DU JEÛNE ET AUTRES DIÈTES

Les températures vont bientôt remonter et la demande concernant les cures de détoxination et les diètes augmenter en conséquence. Mais quel est l'intérêt d'un jeûne pour le corps? Les scientifiques se sont penchés sur la question.

«**L**e jeûne intermittent préserve la jeunesse et la santé»: l'an dernier, la conclusion d'une étude expérimentale a réveillé l'intérêt des scientifiques pour les cures et leurs effets. Une étude pilote a alors montré qu'une restriction drastique des calories peut prolonger sensiblement la vie d'organismes simples, du moins chez les animaux. De premiers essais chez l'humain ont abouti au même résultat, même s'il ne s'agissait pas, en l'occurrence, d'un régime permanent. Car on suppose qu'il n'est pas nécessaire d'avoir faim tout au long de la vie. Au contraire: pratiquer régulièrement des jours de jeûne devrait permettre d'atteindre le même résultat.

Quand la tradition devient une mode

Le jeûne est une tradition millénaire qui se retrouve dans de nombreuses religions. L'Égypte ancienne, déjà, connaissait des périodes de privation volontaire et tant le judaïsme que le bouddhisme ont très tôt attribué au jeûne des vertus purifiantes sur le corps et l'esprit. Par la suite, le christianisme

a repris cette tradition et introduit une période de carême avant Pâques. Avec le ramadan, l'islam a aussi sa propre période de carême. Si le jeûne religieux a plutôt des motivations spirituelles, les Grecs anciens le préconisaient pour ses effets bien concrets. Ainsi, Hippocrate, célèbre médecin de l'Antiquité considéré comme le père de la médecine, recommandait déjà 400 ans avant J.-C.: «Il faut être mesuré en tout, respirer de l'air pur, faire tous les jours (...) de l'exercice physique et soigner ses petits maux par le jeûne plutôt qu'en recourant aux médicaments.»

Plus tard, les médecins du Moyen-Age et de la Renaissance ont aussi utilisé le jeûne comme médicament contre diverses maladies, de la fièvre à la syphilis en passant par les troubles de la vieillesse. Au 13^e siècle, le chirurgien français Guy de Chauliac a franchi un pas supplémentaire, recommandant de jeûner avant les opérations car cela semblait faire du bien à certains de ses patients.

Alors qu'en médecine naturelle, différentes orientations se sont développées au cours du 19^e siècle, avec des méthodes aussi diverses que les cures de jus ou de petit-lait, les régimes Mayr ou ›

Jeûner périodiquement est sain, des études le confirment. Cela s'explique notamment par l'évolution: les jeûnes de 12 à 16 heures étaient fréquents chez nos ancêtres chasseurs et cueilleurs.



www.sidroga.ch



À TA SANTÉ, MELTGER ALBERTIN !

Comme on savoure avec nostalgie les dernières gouttes d'une délicieuse tisane, on doit parfois laisser partir avec regret ses collaborateurs les plus fidèles. Cher Meltger, nous te remercions de tout cœur pour l'engagement dont tu as fait preuve chez Sidroga® au cours de ces 40 dernières années et te souhaitons une retraite aussi stimulante que reposante.

SIDROGA

SNACK ATTACK!

Un délicieux snack pour petits gourmets.

mmmh



Bimboşan swiss product
Pour bébé, jour après jour.

Purement végétal
.....
Pauvre en graisses
.....
Très haute teneur en
fibres alimentaires
.....
0% de sel
.....
Sans additifs
.....
Sans lactose
.....



Désormais disponible en pharmacie et en droguerie. Le goût n'a que rarement eu autant de qualités: les Maisis sont fabriqués avec le meilleur maïs. Ils ne contiennent pas de sucre, ni de sel. Les Viogis contiennent ce que le blé et le seigle ont de meilleur à offrir et notamment des germes de blé, du zinc, du fer et du magnésium. Ces deux produits sont fabriqués en Suisse par Bimboşan et conviennent parfaitement pour une collation en déplacement ou en guise d'en-cas pour combler les petites faims.

Buchinger, la médecine traditionnelle a tendance à se méfier des vertus thérapeutiques du jeûne, le qualifiant même parfois d'ésotérique. Mais de nouvelles recherches pourraient bien faire changer les choses.

Dépurer, évacuer, détoxiner

Pourquoi jeûner serait-il utile au niveau biologique? La médecine naturelle propose quantité d'explications – en fait renoncer à la nourriture solide serait presque la panacée. Le jeûne est supposé stimuler les défenses de l'organisme, guérir les maladies chroniques, évacuer les toxines et autres résidus hors des cellules et surtout rendre heureux. Les toxines en particulier alimentent les discussions, certains scientifiques doutant de leur existence. Dans une prise de position, la société allemande de nutrition (DGE) a ainsi précisé: «Le terme de «détoxiner» qui revient régulièrement quand on parle de jeûne n'est scientifiquement pas prouvé. Dans un corps humain sain, il n'y a pas accumulation de toxines ni dépôts de produits du métabolisme. Quand les apports liquides sont suffisants, les substances non utilisables sont éliminées via l'intestin ou les reins.»

Le jeûne en lui-même est moins sujet à controverse que le phénomène de la détoxination. Ainsi, diverses études amènent à croire que jeûner périodiquement est sain, en particulier du point de vue de la biologie de l'évolution. Car la vie de nos ancêtres chasseurs et cueilleurs était adaptée aux jeûnes périodiques. Il pourrait ainsi être plus sain de faire des pauses alimentaires de 12 à 16 heures ou une journée de jeûne hebdomadaire que de manger trois à cinq repas tous les jours.

Que se passe-t-il pendant le jeûne?

Comment notre métabolisme se modifie-t-il quand le corps ne reçoit pas de nourriture? Pour répondre à cette question, des chercheurs de l'Intermountain Medical Center de l'Université de l'Utah (USA) ont soumis plus de 200 volontaires au stade de prédiabète à un jeûne de 24 heures. Conclusion: une seule journée sans rien manger semble déjà suffire pour actionner certains dispositifs essentiels. Il s'est d'une part avéré que jeûner est un stress pour le corps et les cellules. Pour y faire face, le corps active son propre programme de protection, lequel rend inoffensifs les radicaux libres qui normalement dé-

truisent les cellules et libère des messagers chimiques qui agissent contre l'inflammation. D'autre part, le corps tente de compenser le soudain manque d'énergie afin que les muscles, le cerveau et les autres organes puissent continuer de fonctionner. Pour ce faire, le corps sécrète après dix à douze heures de jeûne des messagers chimiques qui puisent dans les réserves de graisse pour produire de l'énergie. C'est pourquoi le taux de cholestérol des volontaires a légèrement augmenté pendant la période de jeûne. Selon les chercheurs, c'est un signe évident que le tissu adipeux est mobilisé. Parallèlement, le corps commence à libérer de la somatotropine (ou en anglais growth hormone GH), hormone de croissance qui protège les muscles de la destruction et permet de préserver l'équilibre du métabolisme. Pendant la période de jeûne, le taux de GH a ainsi augmenté de 1,3 % chez les femmes et même de 2 % chez les hommes. Fait intéressant: dix semaines encore après la fin de l'expérience, le taux de marqueurs de l'inflammation était toujours inférieur dans le sang des participants et l'activité du gène SIRT3, connu pour sa participation aux réactions de cytoprotection et favorisant la longévité, accrue.

La recherche continue

Le Longevity Institute de l'Université de Californie du Sud à Los Angeles (USA) vient aussi de publier des découvertes intéressantes sur le jeûne intermittent. Se basant sur les résultats positifs d'études portant sur les cellules et d'essais sur les animaux, une équipe de chercheurs a lancé une étude pilote avec 19 volontaires sains. Cinq jours par mois, les participants ont dû réduire leurs apports caloriques, passant de 2000 à 3000 calories le premier jour à 1090 le deuxième puis à 725 calories les autres jours. Or, chaque fois, le taux de glycémie à jeun des participants a baissé de 11,3 %. Autres chiffres: les corps cétoniques ont augmenté de 3,7 %, le taux du facteur de croissance IGF1 (de l'anglais Insulin-like Growth Factor 1) a baissé de 24 % et celui de la protéine IGFBP-1 (de l'anglais Insulin-like Growth Factor-Binding Protein 1) de 50 %. Mais contrairement à ce qui s'est passé avec les souris, les valeurs de départ n'ont pas pu être atteintes dans tous les paramètres durant les phases d'alimentation normale. Ainsi le taux de glycémie à jeun est resté 5,9 % plus bas que la valeur de départ et celui de l'IGF-1, 15 %. Seuls l'IGFBP-1 et les corps cétoniques se sont normalisés. L'étude de trois »

Voici vos héros pour 2017!

Mi-février 2017, c'est parti: les deux nouveautés de Bio-Strath, Strath Vitality au magnésium pour diminuer la fatigue et Strath Immun au zinc pour un système immunitaire en bonne santé, font leurs débuts.



Strath® Vitality

Restez en pleine forme – mentalement et physiquement

Complément alimentaire enrichi en magnésium naturel. Boîtes de 100 et 200 comprimés.

Le magnésium dans Strath contribue:

- au fonctionnement normal du système nerveux
- à réduire la fatigue
- à une fonction musculaire normale

En période d'effort mental ou physique important, au travail ou dans le sport, par exemple, les besoins en substances vitales, notamment en magnésium, sont plus élevés. Strath Vitality soutient naturellement les personnes actives, les sportifs, les parents, les étudiants, les écoliers et toutes les personnes qui subissent une pression importante.



Strath® Immun

Favorisez vos défenses immunitaires - de manière efficace et naturelle

Complément alimentaire enrichi en zinc naturel. Boîtes de 100 et 200 comprimés.

Le zinc dans Strath contribue:

- au fonctionnement normal du système immunitaire
- à protéger les cellules contre le stress oxydant

En cas de pression et d'agressions externes qui diminuent et affaiblissent la résistance (bactéries et virus, stress, fatigue psychique). Strath Immun favorise naturellement les défenses immunitaires. Convient tout particulièrement dans les situations comportant un risque accru de maladie, notamment par temps froid et humide, dans les lieux publics avec risque de contagion ou en cas de stress excessif.



Une plus-value pour vos clients

La formule des nouveaux produits repose sur la levure végétale Strath, unique en son genre avec plus de 60 substances vitales naturelles. Les produits renferment la même quantité de levure végétale que Strath Original. La formule enrichie en magnésium naturel et en zinc offre une véritable plus-value aux clients. Conformément à la philosophie Strath, les nouveaux produits sont également 100 % naturels et bien tolérés.

Relaunch Strath Original et Gouttes convalescence

Les conditionnements de Strath Original et des gouttes convalescence ont été repensés. La reconnaissance de la marque est assurée à 100 %. La formule éprouvée reste elle aussi inchangée.

Le grand flacon de 750 ml de Strath Original liquide a été remplacé par un flacon de 500 ml. En outre, les bords des flacons ont été optimisés. Les comprimés Strath Original ne sont plus proposés qu'en boîte de 200 comprimés.

Strath Original en 500 ml ou 200 comprimés Strath correspondent à une cure d'un mois. 4 – 6 comprimés de Strath Vitality ou de Strath Immun couvrent respectivement 50 % et 75% des besoins journaliers d'un adulte en magnésium ou en zinc.

Bio Strath 
for better health



Gamme Strath 2017

mois n'a pas permis de déterminer si ces changements pouvaient avoir des effets à long terme sur la santé des participants. Les scientifiques comptent bien étudier cette question dans un deuxième temps.

Moins de troubles grâce au jeûne

Les résultats des recherches ont permis d'établir que jeûner peut avoir une utilité thérapeutique dans les maladies suivantes – mais le jeûne ne doit en aucun cas être entrepris de son propre chef :

- Polyarthrite rhumatoïde: une période de jeûne suivie du passage à une alimentation végétarienne a permis de réduire de manière cliniquement significative l'activité de la maladie. L'étude est relativement solide.
- Arthrose: des études observationnelles indiquent une atténuation des douleurs.
- Douleurs chroniques: les données d'études observationnelles prospectives montrent une atténuation du syndrome de douleurs chroniques par le jeûne.
- Hypertension, risques cardiovasculaires, syndrome métabolique, diabète de type 2: une réduction de la tension a été constatée dans plusieurs études observationnelles, une (légère) réduction perdurant après la période de jeûne. Des études expérimentales montrent que le jeûne pourrait favoriser la guérison des lésions vasculaires. Enfin, des études observationnelles ont mis en évidence des améliorations des valeurs sanguines et de la sensibilité à l'insuline en cas de syndrome métabolique et de diabète de type 2.
- Maladies cancéreuses: des expériences sur des animaux montrent que des jeûnes de courte durée associés à la chimiothérapie (2 à 3 jours avant et 24 heures après la chimiothérapie) améliorent la réponse au traitement et réduisent les

effets secondaires indésirables. Aucune étude n'a encore été faite pour savoir si ces résultats sont transposables à l'homme.

- Troubles affectifs: des études observationnelles montrent que le jeûne améliore et stabilise l'humeur.
- Effet anti-âge: des expériences sur des animaux ont montré que la restriction calorique prolonge la durée de vie. Les études manquent encore pour savoir si c'est aussi le cas chez l'homme.

En résumé, on constate que de nombreuses études expérimentales (non contrôlées) et observationnelles indiquent que le jeûne a bien une utilité médicale. Les études randomisées et contrôlées qui pourraient montrer les effets en comparaison à un groupe de contrôle et nécessaires à une évaluation sûre des avantages médicaux d'une telle cure manquent encore mais devraient se faire dans un futur proche.

| Flavia Aeberhard / trad: cs

Sources:

- A Periodic Diet that Mimics Fasting Promotes Multi-System Regeneration, Enhanced Cognitive Performance, and Healthspan, 2015, [http://www.cell.com/cell-metabolism/abstract/S1550-4131\(15\)00224-7](http://www.cell.com/cell-metabolism/abstract/S1550-4131(15)00224-7)
- Diet that mimics fasting appears to slow aging, <http://news.usc.edu/82959/diet-that-mimics-fasting-appears-to-slow-aging/>
- Fasten – wissenschaftliche Erkenntnisse und Anleitung | Integrative Medizin Blog, <http://www.integrative-medizin-blog.de/?p=89> 04.11.2016
- Eine alte Tradition im Licht der modernen Medizin, scinexx.de – Das Wissensmagazin, MMCD NEW MEDIA GmbH, 2016, www.mmcd.de

BON À SAVOIR

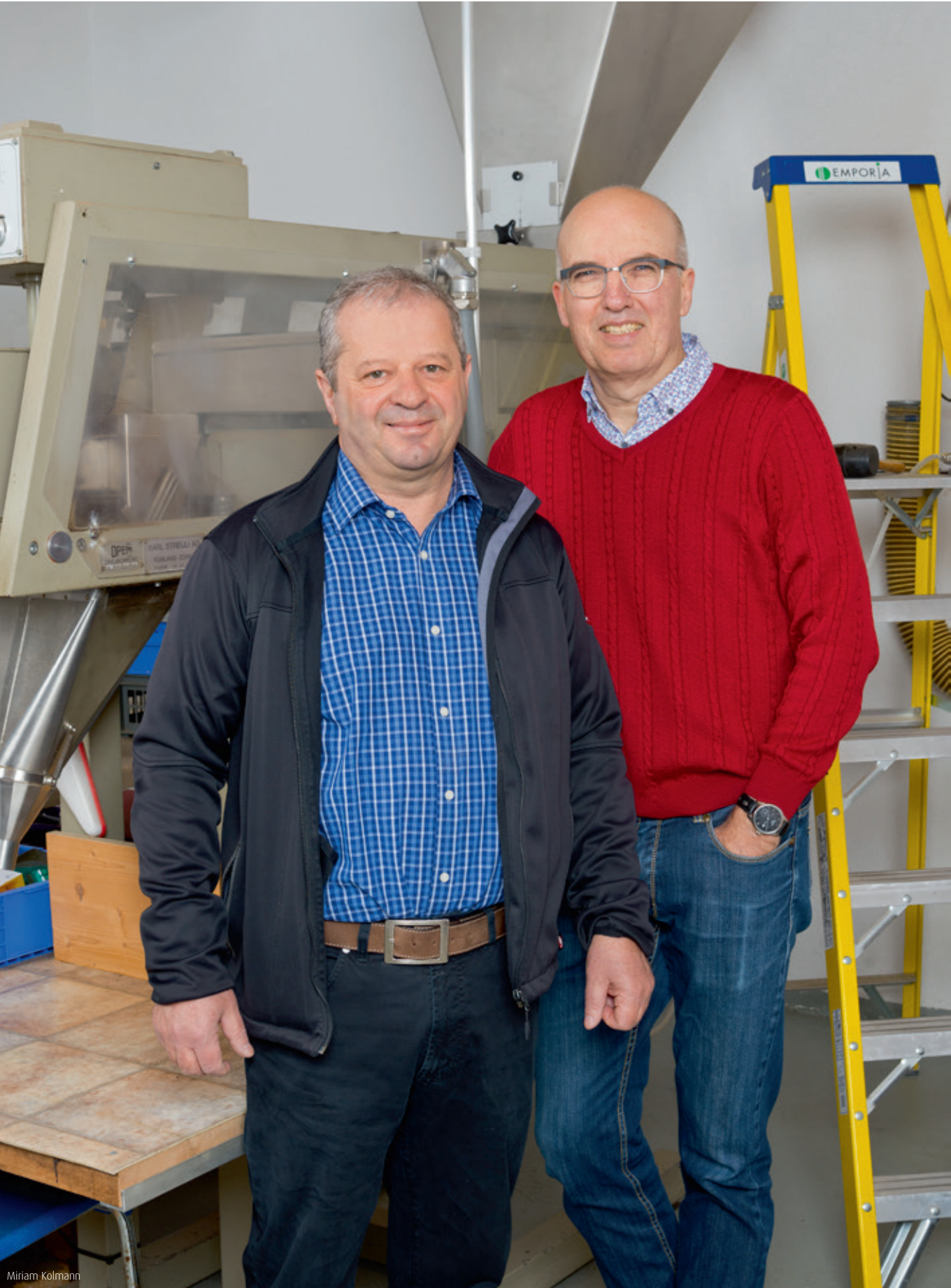
Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients. Le numéro actuel de la *Tribune du droguiste* fait aussi le point sur le jeûne.

LE JEÛNE ET LES MÉDICAMENTS

Le jeûne modifie certains processus métaboliques, ce qui a des effets sur le rapport dose/effet des médicaments. Le dosage de certains médicaments doit donc être modifié ou adapté. Les personnes qui prennent les médicaments des classes suivantes ne devraient donc jamais jeûner de leur propre chef.

- | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| • Comprimés diurétiques | • Préparations à la digitale | • Antirhumatismaux |
| • Comprimés antidiabétiques | • Médicaments contre la goutte | • Préparations à la cortisone |
| • Insuline | • Anti-arythmiques | • Sédatifs |
| • Hypotenseurs | | |





Miriam Kolmann

«AJOUTER UNE DEUXIÈME CORDE À SON ARC»

Tout a commencé avec des graines de lin particulières. Aujourd'hui, Sonnenkorn produits naturels Sàrl réalise un chiffre d'affaires annuel d'environ 240 000 francs avec une large palette de produits. Les propriétaires de l'entreprise expliquent ce qui les motive depuis 17 ans et ce qui va les stimuler en 2017.

Vous vous êtes associés, un droguiste et un agronome, pour vous spécialiser dans les produits naturels de qualité bourgeon bio, comme les graines de lin, les graines de chia ou les baies lyophilisées. Quels sont vos points forts respectifs?

Urs Hüttinger: Nous nous complétons très bien: nous, droguistes, sommes des vendeurs et j'ai des contacts dans le monde de la droguerie et avec nos clients. Hubert, de son côté, est le «calculateur», il fait les comptes ainsi que des recherches sur de nouveaux produits.

Hubert Bürgi: Le fait que les Hüttinger exploitent leur propre droguerie est naturellement un grand atout. Ils peuvent ainsi percevoir quels produits les clients attendent. En tant que directeur de la production, je suis responsable de toute la logistique, de la commande jusqu'à la livraison.

Répondre aux attentes des clients est assurément un facteur de réussite, d'autant que les grands distributeurs proposent aussi des produits analogues.

et nous avons foi dans la force qu'elles renferment. Nous voulons également miser encore plus sur le procédé de fabrication qui permet de concasser les graines pour faciliter la résorption des huiles lors de la digestion. Nous voulons également mettre encore plus l'accent là-dessus dans notre communication.

En quoi consiste précisément ce processus?

Urs Hüttinger: Lors de la dextrinisation, les graines de lin et de psyllium sont chauffées à une température de 38 ° à 40 °C, ce qui libère les huiles, qui sont ensuite résorbées lors de la digestion. Les acides gras oméga 3 et oméga 6 présents dans l'huile sont bons pour le taux de lipides sanguins, pour le système vasculaire, pour la peau et même le système immunitaire. Lorsque les graines ne sont pas dextrinisées, la digestion ne fait que dissoudre les mucilages présents dans l'enveloppe des graines, mais l'essentiel de l'huile n'est pas résorbé et sort de l'intestin encore enfermé dans les graines. Les produits dextrinisés ne sont pas très répandus.

Urs Hüttinger (dr.), propriétaire de la droguerie Swidro Hüttinger à Schwarzenburg (BE), a repris en l'an 2000 les produits naturels Sonnenkorn de son ancien maître d'apprentissage Andreas Lanz. Avec son beau-frère Hubert Bürgi, il a d'abord converti toute la production au bio. En 2010, ils ont fondé l'entreprise Sonnenkorn Sàrl.

Hubert Bürgi est agronome et informaticien. Il travaille accessoirement comme agriculteur dans la ferme familiale à Wolfwil (SO). Les produits naturels Sonnenkorn sont stockés à la ferme avant d'être remis aux grossistes et finalement distribués dans le commerce spécialisé.

Comment gérez-vous cette concurrence?

Hubert Bürgi: Vous trouvez effectivement des graines de lin et des graines de psyllium chez les grands distributeurs, et même en qualité bio. Nous essayons donc de nous démarquer avec des produits spéciaux.

Urs Hüttinger: Je pense que nous sommes sur la bonne voie. Nous distribuons certes des produits de niche, mais nous considérons que les graines oléagineuses ont un potentiel

Comment avez-vous découvert ce procédé innovant?

Hubert Bürgi: Le moulin Steiner à Zollbrück (BE), un pionnier du bio, nous fournit des graines dextrinisées. Avec notre fournisseur, nous sommes toujours à la recherche de nouveaux produits ou d'idées innovantes. Nous avons par exemple développé deux mueslis d'après des recettes originales. Et l'une d'elle contient 0 % de sucres ajoutés, ce qui est complètement tendance. Nous proposons également des baies bio lyophilisées, une spécialité pour laquelle nous sommes actuellement encore un des rares fournisseurs.

Que faut-il pour qu'un nouveau produit réussisse?

Hubert Bürgi: Je dirais que nous avons produit autant de flops que de produits à succès. En plus ➤

DEM LEBEN EINEN NEUEN SINN GEBEN?

Heilen gehört zu den interessantesten, sinnvollsten und nützlichsten Berufen in der heutigen Welt – wenn Fachwissen und Anwendungskompetenz auf den ganzen Menschen ausgerichtet sind. Wir zeigen Ihnen in der Folge einen sehr speziellen Weiterbildungsweg zur Ganzheitsmedizin auf.

Der erfolgreichste Weg zur ganzheitlichen Heilung basiert auf der Kombination von schulmedizinischem und komplementärmedizinischem Wissen. Darüber berichten wir in diesem Text – und vier weiteren Artikeln im d-inside. Die auf ausführlichen Gesprächen mit Dr.med. Jürg Hess aufgebaut sind. Dessen Wissen ist buchstäblich umfassend, inklusive dem Einbezug humanistischer Psychologie. «Schulmedizin und Komplementärmedizin haben beide ihre Stärken. Aber während die Schulmedizin in erster Linie Symptome bekämpft, ist Heilung doch eher Sache der Komplementärmedizin. Es geht jetzt um ein nützlich zusammenwirken beider Fachrichtungen und weiterer Akteure». Welche Werte zeichnen den berufsbegleitenden Ausbildungsweg von Paramed zur eidg. dipl. Naturheilpraktikerin aus?

Dr. Jürg Hess



und schafft damit Vertrauen.

«Das persönlichkeitsorientierte Ausbildungskonzept der Paramed ist in Europa einmalig. Es garantiert umfassende Kompetenz

Ein umfassendes Menschenbild

bestimmt das sinnvolle Ausbildungskonzept. «Wir gehen davon aus, dass der Mensch grundsätzlich entwicklungsorientiert ist – aber diese Entwicklung muss geweckt und gefördert werden», so Dr. Hess. «Und zwar umfassend und ausgeglichen bezüglich Körper, Geist, Seele und Intellekt. Dann wird der Mensch aus sich selbst heraus aktiv für motivierende Veränderungen.» Entwicklung ist dann natürlich und spannend, wenn sie auf hohen ethischen Werten basiert. Seitens der Auszubildenden verlangt das viel, ist aber eine ebenso nachhaltige wie lebensfreudige Investition in eine erfüllte Zukunft. Inklusive sehr vielen Kontakten mit anderen Gesundheitsfachleuten. Andererseits ist es höchst befriedigend, mit in den Heilprozess voll integrierten Patientinnen und Patienten am gesundheitlichen Fortschritt zu arbeiten.

Sehr viel Fachwissen und -können

steht im Zentrum: Wer erfolgreich menschenorientiert, vernetzt, einfühlsam und freudig seinen Beruf ausüben will, braucht für eine umfassende Ausbildung einen Schulungspartner mit ausserordentlichen Qualitäten. Basierend

auf einem Konzept, das breit ist und in die Tiefe geht. Paramed vereint seit über 20 Jahren einmalig viel Erfahrung und bezieht die neuesten medizinischen Entwicklungen ein. Mittels Modulen und persönlichen Gesprächen. Das von über 90 Dozentinnen und Dozenten vermittelt wird. Zwei weitere starke Aktiven: Der Akademie ist ein Ambulatorium für die Bevölkerung angeschlossen – die Praxis zur Theorie! Und jeder Absolventin, jedem Absolventen wird eine Praktikumsstelle garantiert.

Mehr Information – und Gewinnchancen!

Verlangen Sie über eMail din@paramed.ch unser Informationsmaterial zum Ausbildungsprogramm und stellen Sie uns Ihre allfälligen Fragen. Dazu erhalten Sie ein Überraschungs-Dankeschön für Ihr Interesse. Und nehmen automatisch an einer Schlussverlosung teil – nach Erscheinen aller weiteren Informationen exklusiv im d-inside. Also: Für mehr Zukunft und mehr Wissen umgehend mailen und dranbleiben.

Der Name Paramed steht seit 1995 für Qualität in der komplementärmedizinischen Ausbildung. Inklusive dem intensive Zusammenwirken von Schul- und Komplementärmedizin.

Für mehr Informationen:

Paramed AG, Haldenstrasse 1, 6340 Baar, 061 768 20 70, din@paramed.ch, www.paramed.ch



de bonnes idées, c'est aussi souvent un peu la chance qui fait qu'un produit réussisse ou non. Et il y a naturellement les questions de mode, comme maintenant la mode des graines de chia que l'on trouve dans toutes les Migros. Nous commercialiserons sans doute en début d'été une variante dextrinisée et espérons qu'elle sera bien accueillie.

Vos produits proviennent de l'agriculture. Une mauvaise récolte peut-elle influencer vos affaires?

Urs Hüttinger: La culture des graines de psyllium est très délicate. Comme le lin, c'est une plante très fine, qui pousse en rangs clairsemés et dont la culture nécessite beaucoup de travail manuel. Tout peut aller très bien jusqu'en août mais une seule pluie violente avant la récolte en septembre peut «anéantir» toute une récolte. C'est ce qui s'est passé en 2014. Cela a été grand défi pour nous. Nous avons besoin de quatre à cinq tonnes de graines de psyllium par an, or notre stock était déjà presque vide au printemps 2015.

Hubert Bürgi: Nous avons alors pris deux mesures: nous achetons aussi de la marchandise conventionnelle, autrement dit de qualité non bio. Et nous avons pu acquérir des graines de psyllium indiennes, une autre variété, mais de nouveau de qualité bio européenne. Nous avons introduit cette nouvelle sorte parallèlement à la sorte européenne et l'avons conservée car certains clients la préfèrent. Mais aussi pour faire face en cas de nouvelle mauvaise récolte en Europe.

Quels sont les principaux canaux de distribution pour vos produits en 2017?

Urs Hüttinger: Ce sont actuellement quatre grossistes, Galexis, Voigt, Amedis et Biopartner SA, qui a repris l'entreprise de Suisse occidentale Biodis il y a environ une année. En 2000, nous avons commencé avec Galexis, les autres grossistes ont suivi progressivement. La marchandise est ensuite distribuée exclusivement aux drogueries, aux pharmacies et aux magasins de produits diététiques. Je crois que notre succès est partiellement dû au fait que nous collaborons depuis si longtemps avec ces quatre clients. Les groupements sont naturellement des acquéreurs importants, qui achètent justement via ces grossistes.

Qu'en est-il de la vente en ligne?

Urs Hüttinger: Nous avons déjà pensé à ouvrir notre propre shop en ligne, mais ce n'est pas rentable financièrement. Ce qui nous aide toutefois, c'est de

pouvoir distribuer une partie de nos produits grâce au shop en ligne yardo.bio de Biopartner SA.

Hubert Bürgi: Les ventes en ligne vont certainement gagner de l'importance. Je viens d'ailleurs d'entendre aux nouvelles que le shop de Migros a vu son chiffre d'affaires augmenter de 3,5 % par rapport à l'an dernier. C'est l'avenir. Notre chance pourrait être que les clients des drogueries ont encore tendance à se rendre en droguerie. Mais yardo.bio est certainement aussi un coup de chance pour nous, il nous permet de participer au moins un peu à cette tendance. Mettre nous-mêmes au point une telle chose est logistiquement presque impossible. D'autant que dans les shops en ligne comme Galaxus et autres, vous pouvez commander jusqu'à 17 h et recevoir la marchandise le lendemain par la poste!

Urs Hüttinger, qu'est-ce que cela représente, pour le propriétaire de droguerie que vous êtes, de diriger encore une autre entreprise? Diriger sa propre droguerie est certainement déjà un sacré défi!

Urs Hüttinger: J'ai toujours voulu diriger une droguerie, la droguerie est ma passion. Et elle se marie bien avec les produits naturels Sonnenkorn. Cela apporte de la tension et des challenges dans ma vie et je suis justement quelqu'un qui aime lancer de nouvelles choses. Et Hubert est assez terre à terre pour me freiner de temps en temps.

Mon ancien employeur, car j'étais encore employé comme gérant jusqu'en 2012, était par chance aussi large d'esprit. Je ne peux que recommander à tout un chacun d'ajouter une deuxième corde à son arc. C'est intéressant et cela ouvre de nouveaux horizons.

Qu'attendez-vous de cette année qui vient de débuter?

Urs Hüttinger: Je suis persuadé que ce sera une super année pour les graines de chia dextrinisées. Je crois en ce produit. Nous prévoyons également, avec André Ackermann, de commercialiser un produit vétérinaire avec nos graines de lin dextrinisées. Et nous allons de nouveau participer au concours Bourgeon bio, où nous avons remporté un prix en 2014 avec nos graines de lin dextrinisées. Cette fois, nous nous lancerons avec nos fraises et framboises bio.

Hubert Bürgi: Nous sommes toujours un peu inquiets en ce qui concerne notre production de graines de psyllium en Autriche. Espérons que la météo nous sera favorable et que la récolte ne tombera pas à l'eau.

| Interview: Lukas Fuhrer / trad: cs

BPCO – LE DÉPISTAGE PRÉCOCE EST ESSENTIEL

Toutes les dix secondes, une personne décède de la BPCO. Cette maladie respiratoire est incurable. Mais prendre rapidement certaines mesures peut influencer positivement le déroulement de la maladie. Se faire examiner est donc très important.

On a l'impression de respirer à travers une paille, rapportent certaines personnes concernées. D'autres disent avoir constamment l'impression de se noyer. Dans le monde, près de 330 millions de personnes essaient de vivre avec la BPCO. Rien qu'en Suisse, la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO) touche environ 400 000 personnes, ce qui correspond presque à la population de la ville de Zurich.

Qu'est-ce que la BPCO?

Toutes les personnes souffrant de la BPCO présentent une inflammation continue plus ou moins sévère des voies respiratoires (bronchite chronique) et un emphysème pulmonaire. La bronchite s'accompagne d'une toux persistante avec expectorations qui provoque fatigue, essoufflement et douleurs thoraciques. L'emphysème concerne les alvéoles pulmonaires dont les parois s'affaiblissent avant d'éclater. Conséquence: les nombreuses pe-

tites alvéoles finissent par n'en former qu'une grande. La surface des poumons diminue donc, de même que la quantité d'oxygène qui arrive dans le système vasculaire. A l'expiration, l'air rejeté reste dans les alvéoles affaiblies ce qui réduit la place disponible pour l'air frais. La BPCO provoque donc le rétrécissement lent mais continu des voies respiratoires jusqu'au stade ultime où les malades ne peuvent presque plus respirer. Cette maladie, qui peut être mortelle, est incurable et nécessite absolument un traitement médical.

Les symptômes

La BPCO se développant de façon insidieuse, elle passe souvent inaperçue des années durant. Une toux chronique, la toux typique des fumeurs, est souvent le premier symptôme perceptible. Les personnes qui souffrent de toux avec expectorations pendant plus de trois mois au cours des deux dernières années ont généralement une bronchite chronique.

Avec le temps, les malades s'habituent souvent à cette toux quotidienne et ne voient pas de raison de s'inquiéter. Mais l'alarme sonne lorsque le rétrécissement des voies respiratoires est tel qu'il provoque une détresse respiratoire. Au début, le souffle manque pendant les activités physiques qui demandent un effort, par la suite, l'essoufflement se produit même au repos. Les malades voient leurs capacités diminuer, leur rayon d'action se réduire à peau de chagrin et, tout espoir de guérison étant exclu, ils souffrent aussi souvent de dépression et d'angoisses.

Statistiquement, ce sont surtout les fumeurs de plus de 45 ans qui sont touchés par la BPCO. Pour eux, il s'agit en premier lieu d'arrêter de fumer.



Être bien en hiver avec ImmunoSol

Streuli
pharma



9233_12_2016_f



À PRENDRE SANS EAU
2x PAR JOUR

- NOUVEAU: la combinaison innovante vitamine D3 + probiotiques
- couvre les besoins journaliers en vitamine D et contribue ainsi au fonctionnement normal du système immunitaire
- en Direct-Sticks pratiques au goût de myrtille

Streuli Pharma SA, www.streuli-pharma.ch



Holle



Nouveau

**Amour,
sérénité,
Holle**



Holle vous propose une gamme de laits infantiles bio à base de lait de chèvre

- ✓ Nouveau : maintenant une gamme complète à votre disposition
- ✓ Des laits de suite adaptés après 6 mois et dès 10 mois dans le cadre d'une alimentation diversifiée
- ✓ Une alternative au lait infantile à base de lait de vache
- ✓ Préparation facile et rapide

Important : le lait maternel est ce qu'il y a de mieux pour votre bébé. L'OMS recommande un allaitement exclusif jusqu'à 6 mois. Uniquement disponible en pharmacie, droguerie et magasin de produits diététiques. Plus d'infos sur www.holle.ch

Sponsor SDV ESD
2017

Le tabagisme: principal responsable

Dans les pays industrialisés, la fumée du tabac est la principale cause de BPCO. 90 % des malades fument ou ont fumé. La maladie peut aussi, plus rarement, être provoquée par une exposition prolongée ou répétée à des polluants, des poussières ou des produits chimiques au travail. Les personnes les plus touchées par la BPCO sont les hommes à partir de 45 ans. Mais les femmes, fumant de plus en plus, sont sur le point de les rattraper.

Le diagnostic doit être précoce

Un simple test de la fonction pulmonaire (spirométrie) consiste à mesurer de manière indolore la quantité d'air expiré. Deux valeurs sont déterminantes: la quantité d'air expiré après une profonde inspiration et le volume d'air expiré durant la première seconde de l'expiration. Si la proportion d'air expiré durant la première seconde est inférieure à 70 % de l'air inspiré, il y a un rétrécissement des voies respiratoires. L'âge, le sexe et la taille ont une influence sur le volume pulmonaire et sont donc pris en compte dans l'évaluation des résultats.

Pour un diagnostic sûr, un entretien avec la personne est indispensable ainsi qu'une radiographie du thorax. La radiographie permet notamment d'exclure toute autre maladie susceptible de provoquer des symptômes similaires. Un test sanguin peut aussi être utile, car l'essoufflement peut être le fait d'une anémie ou il peut y avoir un manque d'oxygène dans le sang (hypoxie). «Le diagnostic est généralement tardif, car les personnes concernées ne remarquent presque pas les symptômes. La maladie est pernicieuse: quand ils manquent d'air, les gens évitent simplement les activités qui demandent des efforts. Ils ont ainsi l'impression que le problème est résolu», explique *Elena Strozzi*, cheffe du département promotion de la santé et communication de la Ligue pulmonaire suisse. Pourtant, un diagnostic précoce de la BPCO est très important. «La maladie est certes incurable, mais un traitement correct et des changements comportementaux permettent de ralentir sa progression.» Pour sensibiliser la population à la BPCO, la Ligue pulmonaire organise régulièrement des campagnes d'information depuis 2011. Selon des sondages, un quart des Suisses connaissaient cette maladie en 2015, ils n'étaient encore que 10 % en 2010.

Une maladie différente de l'asthme

La BPCO et l'asthme peuvent provoquer les mêmes symptômes. Mais contrairement à l'asthme, qui apparaît souvent déjà pendant l'enfance, la BPCO

touche essentiellement les fumeurs dès 45 ans. En cas d'asthme, les symptômes se manifestent sous forme de crises tandis qu'ils s'aggravent progressivement en cas de BPCO. Les personnes qui n'ont pratiquement pas de troubles certains jours puis peinent soudain à respirer pendant quelque temps, souffrent plus probablement d'asthme. Par ailleurs, les asthmatiques ont souvent déjà eu des épisodes d'allergie, d'eczéma ou de rhume des foins.

Le traitement

La BPCO est incurable, mais certaines mesures peuvent influencer positivement le déroulement de la maladie et améliorer la qualité de vie des malades.

- Il s'agit en premier lieu d'arrêter immédiatement de fumer. Des produits et offres de groupe peuvent aider à renoncer à la cigarette.
- Certains médicaments atténuent les troubles. Les préparations, généralement administrées sous forme d'aérosols, contiennent des principes actifs qui visent à ouvrir les voies respiratoires (broncho-dilatateurs), traiter les infections ou fluidifier les sécrétions bronchiques. Selon les conseils de la Ligue pulmonaire suisse pour prévenir les infections des voies respiratoires, les personnes souffrant de BPCO devraient se faire vacciner chaque année contre la grippe et tous les cinq ou six ans contre les pneumocoques. L'oxygénothérapie est recommandée aux patients qui souffrent d'un emphysème sévère. Et comme la BPCO peut s'accompagner d'états dépressifs et d'angoisses, les médicaments psychoactifs sont aussi souvent de mise.
- Les malades évitent les efforts physiques car ils manquent de souffle. Cette réaction est compréhensible, mais elle engendre un cercle vicieux. Des études montrent que les malades qui pratiquent régulièrement une activité physique peuvent améliorer leur respiration et atténuer les symptômes. Un corps en bonne forme est plus performant et la personne entraînée doit respirer moins fort. Un programme d'entraînement adapté permet ainsi de conserver ou même d'améliorer la mobilité. Ce qui réduit les risques d'isolement social et de dépression.

| Sophie Everett / trad: cs

➤ EN SAVOIR PLUS

Le test de risque relatif à la BPCO de la Ligue pulmonaire suisse indique quelles questions vous pouvez poser à vos clients si vous suspectez un cas de BPCO.



Wortie® Cool –
Le traitement efficace par le froid
à faire chez soi

Nouveau! Wortie® Liquid –
L'application rapide et indolore
seulement 2 fois par semaine

wortie®
liquid + cool

Wortie® Élimine les verrues vulgaires et plantaires

- Facilité d'utilisation
- Aucune atteinte à la peau environnante
- Convient aux enfants âgés
de plus de 4 ans

OFFRE: Rabais valable jusqu'au 25.04.2017

Wortie® Cool présentoir-comptoir 6 x 50ml
Wortie® Liquid présentoir-comptoir 6 x 5ml

**22% sur le prix ex-factory par
présentoir-comptoir**



nailner®
**CONTRE LA MYCOSE
DES ONGLES**

Nailner® 2 in 1 Contre la mycose des ongles

- Pour un traitement et une prévention
efficace
- Nouveau Stylet et solution 2 in 1 avec effet
éclaircissant en cas de colorations
- Des résultats visibles possibles après
seulement 7 jours

OFFRE: Rabais valable jusqu'au 25.04.2017

Nailner® Stylet 2 in 1
présentoir-comptoir 12 x 4ml
dès 1 x présentoir-comptoir 22%
dès 2 x présentoir-comptoir 25%

Nailner® 2 in 1 Solution
dès 3 pces 18%
dès 6 pces 22%

	Wortie® Cool	Nouveau! Wortie® Liquid	Nouveau! Stylet Nailner® 2 in 1	Nailner® Solutions 2 in 1
Pharmacode	6496462	6851265	6851259	6243554
Prix ex-factory TVA exclue:	CHF 18.85	CHF 18.85	CHF 24.50	CHF 22.60
Pris public TVA incluse:	CHF 29.90	CHF 29.90	CHF 38.90	CHF 35.90

Nailner® et Wortie®
sont des dispositifs médical.

Soutien à la vente pour Wortie® und Nailner®?
Contactez-nous! – ebi-vital, tél. 031 822 11 56

ebi-vital

TRAITER EFFICACEMENT LES MYCOSES

En Suisse, près d'une personne sur cinq souffre d'une mycose des ongles. Même si cette maladie est relativement bénigne, le succès du traitement n'est pas garanti.

Suivre scrupuleusement le traitement et faire preuve de patience. Tels sont les deux principaux conseils à donner aux clients qui souffrent de mycose des ongles (onychomycose). Car les récurrences surviennent souvent en raison d'une interruption prématurée du traitement. Les causes des mycoses unguéales ne sont généralement pas spectaculaires: il peut s'agir de mauvais soins des ongles ou du port de chaussures trop étroites ou qui ne permettent pas à la peau de respirer. Des crevasses microscopiques dans les ongles suffisent alors pour que des spores de champignons s'introduisent dans l'ongle et provoquent une infection.

Comment reconnaître une mycose?

Les signes apparents d'une mycose unguéale sont une coloration blanche à brun-jaune, un épaississement, un ramollissement et une déformation de l'ongle. On distingue quatre formes de mycose des ongles:

- L'onychomycose sous-unguéale disto-latérale est la variante la plus fréquente. Dans ce cas, l'infection part du bord latéral et progresse jusqu'à la racine de l'ongle. L'infection commence généralement au gros orteil.

- L'onychomycose sous-unguéale proximale: l'infection débute sous le repli proximal et se propage en profondeur dans la tablette de l'ongle.
- L'onychomycose à Candida: envahissement par des levures. S'accompagne d'une modification inflammatoire des tissus péri-unguéaux.
- L'onychomycose blanche superficielle: forme très rare. Dans ce cas, les zones atteintes de la tablette de l'ongle sont marquées par des plages blanchâtres et crayeuses.

Dans chacune de ces formes de mycose, le champignon apparaît d'abord sur un ongle puis s'étend aux autres, allant même parfois jusqu'aux ongles des mains. Les responsables de ces infections fongiques sont généralement des dermatophytes, plus rarement des levures ou même des moisissures.

Attention, risque de contagion!

La mycose est une infection fongique contagieuse et peut se transmettre d'un individu à un autre. La contagion se fait souvent dans les lieux publics, comme les piscines, les halles de gymnastique, les centres de fitness, les saunas, les chambres d'hôtel ou les vestiaires. L'infection fongique de l'ongle est la même que celle qui touche les pieds. Autrement

HF G Z

Höhere Fachschule **Gesundheit** Zentralschweiz

Erweitern Sie Ihre Karriereperspektive und übernehmen Sie Fach- und Führungsverantwortung mit einer Ausbildung zur

**diplomierten
Pflegefachperson HF**

Nächste Informationsveranstaltung:
Donnerstag, 16. März 2017, 19.00 Uhr
Jetzt anmelden! www.hfgz.ch

FACHWISSEN IM GESUNDHEITSWESEN



dit, une mycose des pieds non traitée peut s'étendre à l'ongle. Parmi les facteurs de risque favorisant la contagion, on peut citer l'âge, la cohabitation avec une personne infectée, le tabagisme et certaines maladies comme le cancer, le psoriasis, l'immunosuppression et le diabète.

Pour prévenir toute contagion, il convient de respecter les mesures suivantes:

- Porter des sandales de bain, en particulier dans les espaces publics ou même chez soi si une personne du ménage est touchée.
- Changer de chaussettes tous les jours et les laver, tout comme les serviettes, avec un produit désinfectant ou à une température supérieure à 60°.
- Garder les pieds au frais et secs. Bien essuyer les espaces entre les orteils après la douche et porter des chaussures adéquates, qui ne sont pas trop étroites à l'avant.

- Couper ou limer régulièrement les épaissements unguéaux.
- En cas de risque accru, appliquer régulièrement un antimycotique, par exemple sous forme de crème ou de poudre.

Traitement de la mycose

Comme l'ongle doit pousser durant le traitement, les soins doivent généralement se faire sur une longue période. Contrairement aux ongles des mains, qui poussent de deux à quatre millimètres par mois, les ongles des orteils ne poussent que d'un petit millimètre par mois.

Suivant l'étendue de l'infection, le traitement peut être interne ou externe, voire les deux à la fois. Si seules quelques parties de l'ongle sont touchées, on peut bien recourir à des médicaments topiques, comme des laques, des crèmes, des teintures ou des sticks. Si l'infection touche 60 % de l'ongle ou qu'elle s'est déjà étendue, il faut envoyer le client chez le médecin afin de vérifier, sur la base d'un diagnostic médical, s'il doit prendre un antimycotique oral.

| Flavia Aeberhard /
trad: cs



Bien essuyer les pieds après la douche et enfiler tous les jours des chaussettes propres. Voilà des mesures simples qui permettent de prévenir de manière efficace l'apparition des mycoses.



Soigne les lèvres *sèches et* crevassées **intensément**

Le baume labial dermophil indien avec du baume du Pérou, d'un principe actif extrait de la camomille et d'une substance anti-inflammatoire **soigne et guérit** en même temps.

Ceci est un médicament autorisé.
Lisez la notice d'emballage.

En pharmacies et drogueries.
Melisana AG, 8004 Zurich, www.melisana.ch



dermophil
indien 

ABUS DE L'INCAPACITÉ DE TRAVAIL

Quels sont les droits de l'employeur quand il y a un doute: l'employé est-il vraiment malade ou simule-t-il pour avoir congé? Quelles sont les conséquences de l'usage d'un faux certificat médical. Dernière partie de notre série.

Par incapacité de travail liée au poste de travail, on entend une impossibilité de travailler qui ne concerne spécifiquement que le poste de travail de l'employé. Elle est souvent, mais pas toujours, le fait de conflits personnels (par ex. mobbing) sur le lieu de travail. L'employé peut alors travailler normalement ailleurs et n'est pas affecté dans son mode de vie personnel. Un certificat médical crédible revêt alors d'autant plus d'importance, en particulier lors de situations de surcharges psychiques. Dans de tels cas, il faut aussi envisager la mutation à un autre poste, changement qui peut être demandé par le médecin aussi bien que par l'employé.

Conséquences d'un certificat médical inapproprié

S'il s'avère qu'une prétendue incapacité de travailler ne correspond pas aux faits, les prestations fournies peuvent être réclamées en retour. S'il ne s'agit pas «seulement» d'un ou de deux jours de maladie feinte ou qu'un faux certificat a été obtenu intentionnellement chez le médecin, alors un licenciement sans préavis peut se justifier. Mais il ne suffit pas que le certificat ne soit pas exact. En fait, l'employeur doit pouvoir prouver que l'employé était au courant de la chose. S'il y parvient, il peut aussi, éventuellement, exiger le remboursement des frais de l'examen du médecin-conseil.

Controverse concernant une éventuelle surveillance par l'employeur

Pour éviter les abus, les assurances étaient autorisées, à certaines conditions, à surveiller leurs assurés. Il y avait alors pesée d'intérêts entre les intérêts d'une lutte efficace contre les abus associée à la découverte de l'abus de l'assuré et les intérêts de la personne surveillée en ce qui concerne son intégrité personnelle. Il s'agissait aussi de considérer que si l'assuré faisait valoir un droit aux prestations vis-à-vis de l'assurance, il était alors obligé de participer aux vérifications concernant son état de santé et son incapacité de travail et devait accepter, selon les tribunaux, que l'assurance puisse, même sans l'en avoir informé,

entreprendre des examens et des contrôles, avec toute l'objectivité requise. Suivant les cas particuliers, il s'agit de vérifier dans quelle mesure quels droits de la personnalité n'ont pas été respectés (combien de temps la surveillance a-t-elle duré, n'a-t-elle eu lieu que le jour, s'agit-il de mesures perceptibles par tout un chacun, etc.). La condition étant toujours un soupçon initial concret.

Le fait de savoir si cette jurisprudence peut être appliquée par analogie au rapport de travail reste sujet à controverse. Pour soutenir cette idée, les partisans se réfèrent au devoir de fidélité plutôt qu'au devoir de participation de l'employé. Une chose est toutefois claire: il faut un élément initial concret qui justifie le doute quant à l'incapacité et d'autres mesures de vérification devraient avoir été prises ou être apparues inutiles a priori. Si un procès a lieu sur la base des faits établis par de telles observations, le juge doit d'abord déterminer si les preuves ont été recueillies de manière licite, autrement dit en respectant les dispositions légales (pour autant qu'il ne considère pas la recherche de la vérité comme étant d'un intérêt supérieur).

Selon un récent arrêté de la Cour européenne des droits de l'homme, la Suisse dispose déjà d'une base légale suffisante concernant l'observation des assurés.

| Regula Steinemann / trad: cs



U ANGESTELLTE
DROGISTEN
SUISSE
WWW.DROGISTEN.ORG

REGULA STEINEMANN, AVOCATE ET DIRECTRICE DE
«EMPLOYÉS DROGUISTES SUISSE»

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

NOUVEAUTÉS



BIOMED SA

D'actualité en période d'hiver! Le zinc et la vitamine C renforcent notre système immunitaire. Zink Biomed® plus C est un complément alimentaire contenant du zinc, oligoélément vital, ainsi que de la vitamine C pour soutenir les défenses naturelles de l'organisme. Les comprimés à sucer avec un délicieux goût fruité contiennent 5 mg de zinc et 30 mg de vitamine C. Ils sont également appropriés aux enfants à partir de 4 ans.

www.biomed.ch



BOIRON SA

États grippaux? Oscilloccinum® en cas de traitement préventif de la grippe durant la période hivernale, d'état grippal à son début et déclaré. Convient à toute la famille, est facile à prendre grâce aux doses globules (pas d'eau nécessaire). Aucun effet secondaire ni contre-indication ne sont connus à ce jour. Oscilloccinum® est un médicament homéopathique réduisant les états grippaux.

www.boiron-swiss.ch



DOETSCH GRETHER SA

Maux de gorge? neo-angin® vient en aide à toute la famille. Action antiseptique et antalgique. En cas de maux de gorge, de douleurs lors de la déglutition, d'enrouement ainsi que d'inflammation de la cavité buccale et du pharynx. Sans sucre. Les pastilles sont disponibles en trois dosages différents, aussi pour les enfants.

PS : neo-angin® protect soulage l'enrouement, les picotements dans la gorge et la toux. La muqueuse irritée se régénère et est protégée.

www.neo-angin.ch



PREISELUIT PLUS®

Traitement efficace des infections urinaires. Seul Preiseltvit plus® contient le double complexe actif à base d'extrait de airelles rouges et de racine de raifort. Il est ainsi plus efficace que le d-mannose. Soulage en cas d'infections urinaires aiguës. S'utilise également en prévention et en post-traitement des cystites. Sans gluten ni lactose, sans arôme artificiel ni colorant. Produit végétal. Boîtes à 150 et 300 comprimés.

www.preiselvit.ch



IROMEDICA SA

Nouveauté – Bonbons Carmol – Une aide délicieuse pour la période propice aux refroidissements. Refroidissement, toux, enrouement? Les bonbons pour la gorge de Carmol apportent le bien-être et rafraichissent la bouche et la sphère pharyngée. Juste à point pour la période propice aux refroidissements, il existe pour votre bien-être des bonbons pour la gorge dans trois nouvelles variétés. Le citron rafraichissant, la cerise fruitée et la délicieuse orange sont affinés avec du miel afin de constituer une aide bienfaisante dans la période propice aux refroidissements.

www.iromedica.ch



SPAGYROS SA

NOUVEAU: Spray buccal Spagyros Ribes nigrum®, 30 ml. Soulage en cas de rhume des foins, de début de refroidissement ou de maux de gorge. Le remède Gemmo® à base de jeunes bourgeons frais du printemps a un effet anti-inflammatoire, antiallergique, analgésique et renforce les défenses immunitaires de l'organisme. Médicament autorisé par Swissmedic.

www.spagyros.ch

Marché de l'emploi

Prochain délai d'insertion: **30 janvier 2017**

Envoyer les annonces électroniques à:
inserate@drogistenverband.ch



Vous êtes à la recherche d'un emploi ou avez un poste à repourvoir? Vous trouverez toutes les offres dans notre Marché de l'emploi – en ligne. Offres actuelles: www.drogistenverband.ch

Teilzeit Drogistin EFZ

Pensum nach Absprache, 40–60%

Für unsere junge Drogerie in Degersheim suchen wir ab sofort oder nach Vereinbarung eine neue Teilzeitkraft. Wenn Sie sich in einer Dorfdrogerie mit Persönlichkeit wohlfühlen und gerne in einem familiären sowie aufgestellten Team arbeiten, dann sind Sie bei uns genau richtig. Als DROMENTA Drogerie legen wir besonderen Wert auf eine hohe Beratungsqualität sowie unsere Sortimentsschwerpunkte Naturheilmittel, Urtinkturen, Spagyrik, Teedrogen uvm.

Interesse? Dann zögern Sie nicht uns zu kontaktieren. Wir freuen uns auf Sie!

Kontakt Daten: Medicus Drogerie Schneider, 9113 Degersheim

Kontaktperson: Thomas Schneider, 071 371 12 85,
info@medicus-drogerie.ch



Drogist/in 60–100%

Wir suchen per sofort oder nach Vereinbarung eine/n Drogist/en zur Ergänzung unseres Teams.

Sie sind aufgestellt, motiviert, flexibel und suchen eine neue, verantwortungsvolle Herausforderung? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Wir bieten Ihnen einen abwechslungsreichen Job in einer klassischen, gut funktionierenden Landdrogerie mit breitem Sortiment.

Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung mit Foto an: Drogerie Kasser AG, Jan Kasser,
 Tösstalstrasse 97, 8488 Turbenthal

Gut vernetzte Drogerien =
 spannende Arbeitsplätze!

Wir sind Partner der swidro



Der Schuh passt.
 Wie sieht es mit Ihrem Job als HF aus?

Lust auf ein eigenes Geschäft?

Die swidro Beteiligungs AG vermittelt aktuell folgende Drogerien zum Verkauf.

- ∞ Kleinere, traditionsreiche, gut positionierte Landdrogerie mit kaufkräftiger Kundschaft in der **Nähe von St. Gallen**
- ∞ Im Dorfzentrum von **Schiers**
 Drogerie mit 210 m² Ladenfläche, attraktive Miet- und Kauf-Konditionen. Wachstumspotential durch rege Bautätigkeit und Veränderungen im Dorfzentrum vorhanden.

Weitere Auskünfte erteilt
 Peter Vogt
petervogt@petervogtconsulting.ch
 043 244 05 05



BIEN EMMITOUFLÉ POUR L'HIVER



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

vitagate.ch

Un clic quotidien pour votre santé.



vitagate.ch – la plate-forme de santé des drogueries suisses sur internet



Homöopathie Schule

*Mehr als eine
Ausbildung!*



Nächster Start April 2017

Homöopath

Erlangen Sie mit uns das eidgenössische Diplom in Homöopathie!
Besuchen Sie einen Info-Abend oder schnuppern Sie bei uns im Unterricht.
Wir freuen uns auf Sie!

Infoabende: 17.03.2017 • 18.30 Uhr
15.05.2017 • 18.30 Uhr

SHI Homöopathie Schule • Steinhäuserstrasse 51 • 6300 Zug
Tel. 041 748 21 77 • www.shi.ch



**double
effet**



**En cas de toux irritative
et de glaires épaisses**
Sirop contre la toux Weleda

Sirop contre la toux Weleda | Indications: Affections aiguës des voies respiratoires pour favoriser l'expectoration et pour apaiser la toux. **Composition:** 2,5 ml (3,3 g) de sirop contiennent: Decoct. aquos. ex: 94,1 mg Thymus vulgaris, Herba sicc. et 16,5 mg Pimpinella anisum, Fructus sicc. et 11,6 mg Marrubium vulgare, Herba sicc. et 11,6 mg Thymus serpyllum, Herba sicc. et 5 mg Solanum Dulcamara, Stipites sicc. / Extr. mucilag. ex: 19,8 mg Althaea, Radix sicc. / Decoct. ethanol. ex: 0,4 mg Ipecacuanha, Radix sicc. / Drosera D2 3,3 mg / Pulsatilla vulgaris D3 0,4 mg. Adjuv.: Saccharum 2 g, Aqua purificata, Extractum Malti, Ethanolum. **Posologie:** enfants en bas âge (1-5 ans): 3 fois par jour 1,25ml-2,5ml; enfants (à partir de 6 ans) et adultes: toutes les 3 heures 5ml. Ne doit pas être utilisé chez les nourrissons âgés de moins d'un an, car il n'y a pas suffisamment d'expériences documentées. **Mises en garde et précautions:** La toux chez les enfants de moins de 2 ans doit faire l'objet d'une clarification chez le médecin. **Contre-indications:** Hypersensibilité connue à l'un des composants comme le thym ou d'autres labiacées, l'anis et des plantes à réaction croisée, comme le bouleau, l'armoise ou le céleri. **Effets secondaires:** Très rares cas de réactions d'hypersensibilité dans la région de la peau, des voies respiratoires ou du tractus gastro-intestinal. **Catégorie de remise:** D. Informations détaillées: www.swissmedinfo.ch. Weleda SA, Arlesheim

Bepanthen®

Sensiderm Crème

En cas de rougeurs et de démangeaisons cutanées

- Apaise l'eczéma, la névrodermite et les allergies cutanées
- Pour nourrissons, enfants et adultes
- Technologie régénérante à base de lipides lamellaires
- Sans parfum ni conservateur



Pour de plus amples informations,
veuillez consulter
www.bepanthen.ch



Bayer (Schweiz) AG
8045 Zürich