



Faire son deuil: **un chemin personnel**
Loi révisée sur les épidémies: **les enjeux de la votation du 22 septembre**
Soins du bébé: **un bain par semaine suffit**

Dès maintenant
dans votre droguerie ou
votre boîte aux lettres

Les célibataires et la difficile conquête de l'amour

Après Cupidon, Superman
baisse les armes

TEBODONT® à l'huile de l'arbre à thé pour les soins bucco-dentaires optimaux



- soigne et fortifie les gencives
- offre une sensation de fraîcheur
- prévient la formation de plaque
- pour la prophylaxie de la carie
- testé cliniquement avec succès

vous convaincras également!



250 ml au fluorure

WILD Dr. Wild & Co. AG, 4132 Muttenz www.wild-pharma.com

Editorial

Echantillon de lecture

Tout est relatif

«Partir n'est donc pas facile, mais le moment est venu de relever un nouveau défi professionnel.»

Je n'ai jamais été douée pour les adieux... Enfant déjà, je pleurais à chaudes larmes quand je devais rentrer chez moi après deux semaines de vacances chez mes grands-parents. Mes parents me regardaient alors un peu surpris. Pourtant, cela ne signifiait nullement que je préférerais mes grands-parents. Simple-ment, il me faut toujours un certain temps pour m'habituer à une nouvelle situation. C'est encore comme ça au-jour-d'hui, à la veille de mon départ de la *Tribune du droguiste*. Difficile d'imaginer que la semaine prochaine déjà, j'occuperai un nouveau poste, entourée de nouveaux collègues. Car je me suis attachée à l'équipe de l'association des droguistes au fil des années et la *Tribune du droguiste* fait partie de ma vie, tout naturellement. J'éprouve toujours la même joie lorsque je tiens entre les mains un nouveau numéro du journal, fraîchement sorti de presse. Partir n'est donc pas facile, mais le moment est venu de relever un nouveau défi profes-sionnel. Il faut savoir se quitter. Et à voir le parcours bouleversant des femmes qui témoignent dans notre article en page 6, ma peine me paraît presque dérisoire. Les épreuves traversées par certaines personnes dans la vie sont impres-sion-

nantes, presque inconcevables et, ce qui l'est plus encore, c'est la façon dont elles parviennent à les surmonter. Il ne me reste donc qu'à vous souhaiter tout de bon et, naturellement, une bonne lecture!



Ann Schärer
Merci et bon vent à notre ancienne rédactrice en chef adjointe!

Abonnez-vous à la Tribune du droguiste et choisissez votre prime!

<p>Ballenberg</p> <p>Un musée plein de vie Billet d'entrée familial (dans la limite des stocks disponibles). D'une valeur de Fr. 50.–</p>	<p>Crème du bonheur</p> <p>Crème de bien-être exceptionnelle de Farfalla pour un teint radieux. Cosmétique naturelle certifiée (NaTrue). D'une valeur de Fr. 47.80</p>	<p>Set de bien-être</p> <p>Eduard Vogt Therme. Vivez de fabuleux moments de bien-être tranquillement à la maison. D'une valeur de Fr. 58.–</p>	<p>Set de soin pour les mains</p> <p>GOLOY 33 Hand Care Vitalize. Redécouvrez le plaisir d'avoir de belles mains douces et des ongles soignés. D'une valeur de Fr. 38.–</p>	<p>Set sportif</p> <p>Le spray PERSKINDOL Performance et MAGNESIUM VITAL Sport sont vos meilleurs partenaires sportifs. D'une valeur de Fr. 49.–</p>
--	---	---	--	---

Oui, je m'abonne à la Tribune du droguiste

- Abonnement de 1 an à Fr. 26.– (10 numéros)
 Abonnement de 2 ans à Fr. 48.– (20 numéros)
 Abonnement d'essai à Fr. 13.– (5 numéros)
 Base de prix 2013 (TVA incl.)

Pour l'abonnement de 1 an ou 2 ans, je choisis la prime suivante (cocher 1 case)

- Prime Ballenberg
 Prime Crème du bonheur
 Prime Set de bien-être
 Prime Soin des mains
 Prime Set sportif

Nom, prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____ Date de naissance _____

E-mail _____ Téléphone _____ Paiement contre facture à l'adresse ci-dessus.

J'accepte que l'Association suisse des droguistes me contacte par mail, courrier ou téléphone pour m'informer des offres promotionnelles intéressantes (accord réversible en tout temps).

Date, signature _____

Abonnement-cadeau, veuillez envoyer le magazine à l'adresse suivante:

Nom, prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Pratique!

Livraison à domicile

Précieux!

Favorisez votre santé

Exclusif!

Cadeau à choix

Renvoyer le bulletin d'inscription à:
Swissprinters AG
Zürcherstrasse 505, Case postale 1815
CH-9001 Saint-Gall
Téléphone +41 71 274 36 13
Fax +41 71 274 36 19

La commande est effective dès le prochain numéro de la Tribune du droguiste. L'abonnement peut être résilié à tout moment à son échéance. Cette offre est uniquement valable en Suisse et dans la limite des stocks disponibles.

Impressum 33^e année

Tirage: 240 258 ex. (REMP), 880 000 de lecteurs (MACH Basic)

Editeur: Association suisse des droguistes, Case postale 3516, Rue de Nidau 15, 2500 Bienne 3, tél. 032 328 50 30, fax 032 328 50 41, info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

Directeur: Martin Bangerter
Rédaction: Heinrich Gasser (hr), rédacteur en chef, h.gasser@drogistenverband.ch; Vanessa Naef (vn), rédactrice en chef adjointe, v.naef@drogistenverband.ch; André Schneider (ase), responsable des médias grand public, a.schneider@drogistenverband.ch; Didier Buchmann (db), d.buchmann@drogistenverband.ch; Katharina Rederer (kr), k.rederer@drogistenverband.ch; Traduction: Daphné Grekos (dg), d.grekos@drogistenverband.ch; Marie-Noëlle Hofmann (mh), m.hofmann@drogistenverband.ch; Claudia Spätig (cs), c.spaetig@drogistenverband.ch; Laurence Strasser (ls), l.strasser@drogistenverband.ch
Conseil spécialisé: Julia Burgener (service scientifique ASD); Andrea Ullius (droguiste ES) Photographes: Flavia Trachsel; Corinne Futterlieb Ventes et sponsoring: Josef Nietlispach, responsable ventes, distribution et sponsoring, j.nietlispach@drogistenverband.ch; Nicolas Bobillier, n.bobillier@drogistenverband.ch; Corinne Sommer, responsable des annonces, tél. 032 328 50 51, inserate@drogistenverband.ch Abonnements: abonnement annuel CHF 26.– (10 numéros, y compris TVA); tél. 058 787 58 70, fax 058 787 58 15, abo@drogistenstern.ch Mise en page: Claudia Holzer Impression: Swissprinters SA, 4800 Zofingue Photo couverture: Flavia Trachsel

printed in
switzerland

Echantillon de lecture

Des douleurs articulaires ?



DOULEUR Le très long chemin du deuil

Les circonstances peuvent varier. La durée et l'intensité de la douleur aussi. Mais une séparation fait toujours mal. Pour certains, le temps est le meilleur remède, d'autres cherchent de l'aide pour s'en sortir ou se découvrent des ressources insoupçonnées.

Les maux de tête étaient étranges. **Gino Acquaviva-Häusler**, 39 ans, n'avait jamais ressenti de telles douleurs auparavant. Et le lendemain, en pleine nuit, il tomba du lit. Ambulance, hôpital, clinique de réadaptation – et un diagnostic implacable: hémorragie cérébrale. A partir de là, la vie de **Natalie Häusler**, alors âgée de 36 ans, a été complètement bouleversée. «Je m'étais habituée à notre vie de famille, si douillette. Notre fille venait d'avoir quatre ans et demi, notre fils, deux ans et demi, nous profitions de notre nouvelle maison à Kaiseraugst et nous nous réjouissions de notre avenir en commun – et voilà que d'un jour à l'autre, je me suis retrouvée comme une mère célibataire.» Son mari est resté des semaines durant

dans le coma. A son réveil, il était complètement paralysé par le syndrome d'enfermement. Aujourd'hui, **Natalie Häusler** ne sait plus comment elle avait alors trouvé la force de s'occuper de ses enfants tout en rendant visite et en encourageant son époux à l'hôpital, puis à la clinique de réadaptation. En revanche, elle sait qu'elle avait alors fait le deuil de son projet de vie. Avant de faire, une année plus tard, celui de son mari, qui avait décidé de mettre fin à ses souffrances avec l'aide d'une organisation d'aide au suicide. Chaque séparation est difficile – et chaque cas est particulier. «Cela peut être d'autant plus difficile quand on n'a pas le temps de faire ses adieux», constate **Katayun Hassanpour**, médecin-chef à la Clinique de

psychiatrie et psychothérapie de l'hôpital universitaire de Zurich, elle s'occupe de patients qui ne parviennent plus à s'en sortir. Il est très difficile, dit-elle, d'accepter une mort soudaine, surtout si la relation était étroite. «La douleur de la séparation se traduit surtout par un sentiment de perte, parfois de solitude ou par l'impression d'être séparé de l'autre et de ne plus rien pouvoir partager avec lui.»

Il peut aussi parfois s'agir de frustration, de colère à l'idée d'avoir été ainsi abandonné et d'être obligé de mener une vie tout autre que celle qu'on avait prévue. Cela peut durer longtemps, jusqu'à ce qu'on se fasse une raison. «Il n'y a pas de règle universelle: personne ne peut couper court à sa douleur sur commande», remarque **Natalie Häusler**, devenue présidente de l'association **Aurora** qui s'occupe des parents veufs. Elle sait bien que le sentiment de perte est inévitable: il lui suffit de voir un père jouer avec ses enfants au détour d'une promenade avec son chien le dimanche matin pour qu'elle pense inévitablement: «Mon fils ne pourra jamais vivre ça.» Récemment, sa fille lui a aussi demandé qui la conduirait à l'autel le jour de son mariage. Elle est restée sans voix. «Certaines choses ne prennent jamais fin.»

La psychiatre **Katayun Hassanpour** la sait aussi. Une fois la première étape du deuil passée, elle conseille toujours clairement à ses patients de «se concentrer sur les bonnes choses de la vie et de ne pas s'enfermer dans le deuil». L'envie d'avancer est aussi devenue de plus en plus forte chez **Natalie Häusler**. Comme elle ne sait que trop bien combien la vie peut changer brutalement, elle a décidé, il y a trois ans, de réaliser son rêve et de passer une année avec ses enfants en Irlande. D'aucuns lui ont demandé si elle était vraiment sérieuse. «C'est comme ça, le moment est venu», leur avait-elle simplement répondu. Elle a donc passé une année loin de sa maison dont elle ne pouvait se séparer définitivement car elle ne trouverait jamais un autre toit aussi bon marché. «Recommencer à un autre endroit ou au moins changer de lit et de divan et repeindre les murs aide beaucoup de parents qui viennent de perdre leur conjoint», remarque-t-elle.



Déportée de Pologne en Sibérie à l'âge de trois ans, **Krystyna Gerber-Szumiejko** ne possède que cette photo de son enfance.

Pour sa part, cette année en Irlande lui a fait du bien. «Avant le départ, je parlais à peine l'anglais et ne savais même pas où nous logerions. Mais les trois ensemble, nous avons réussi.» Les enfants sont allés dans une école irlandaise et elle a suivi un cours d'anglais. Ils sont rentrés chez eux depuis deux ans; mais, pour elle, cette année intermédiaire a marqué une séparation nette avec la première période, la plus dure. «J'ai pu recharger mes batteries et j'ai apprécié les contacts que j'ai pu avoir avec des gens du monde entier à l'école de langue.»

La douleur de l'exil

Tout le monde ne peut pas tirer ainsi un trait sur une période sombre et la douleur de la perte reste parfois présente tout au long de la vie. **Krystyna Gerber-Szumiejko** vit depuis des dizaines d'années avec un sentiment de perte: elle avait à peine trois ans lorsque, peu après le début de la guerre en 1939, sa grand-mère, ses parents, ses deux sœurs et elle-même avaient été déportés de Pologne en Sibérie. «Je n'ai que de vagues souvenirs des trois années passées dans le camp de travail», confie-t-elle. Mais elle sait que ses parents souffraient beaucoup et le sentiment de perte

ne l'a plus quittée depuis. Sa grand-mère est morte durant le périlleux voyage à travers l'Europe et sa mère a dû fuir plus loin encore avec ses trois filles, avant de finir dans un centre d'accueil en Tanzanie. Son père avait été enrôlé comme allié dans l'armée anglaise et la famille ne savait généralement pas où il était. «Je ne me suis jamais sentie chez moi en Tanzanie – nous ne savions pas combien de temps nous allions rester dans le camp et les huttes, très simples, n'étaient pas comme une vraie maison», se souvient-elle.

Le voyage vers l'inconnu a continué. Direction l'Angleterre cette fois. Elle avait alors 12 ans. «Nous avons logé de nouveau dans des baraques, que nous devions partager avec plusieurs familles. Ce n'était toujours pas un vrai «chez-soi», poursuit **Krystyna Gerber**. Ce n'est qu'après des années de dur labeur que ses parents ont pu acheter une petite maison à Londres et qu'elle a enfin pu éprouver ce que c'est que d'avoir un toit à soi – elle avait alors déjà plus de 20 ans et venait de terminer sa formation d'opticienne. A 26 ans, elle rencontra celui qui est aujourd'hui son époux: **René Gerber**, un Bernois venu travailler une année à Londres. Raison pour la-

Suite au décès de son mari, **Natalie Häusler** a choisi de s'éloigner quelque temps de son domicile avec ses enfants.



Une réponse naturelle :

Extrait de griffe-du-diable (*Harpagophytum procumbens*)

A. Vogel Atrosan®
Comprimés de griffe-du-diable pour le traitement d'appoint des douleurs liées aux rhumatismes et à l'arthrose.

Veuillez lire la notice d'emballage.

Bioforce SA, Roggwil TG.