

Tirage total

111 000 exemplaires

Numéro

3 – mars 2024

Édition

Healthcare Consulting Group SA

Baarerstrasse 112, 6300 Zoug

+41 41 769 31 31

info@astrea-apotheke.ch

astrea-pharmacie.ch

Sur mandat de

Société Suisse
des Pharmaciens
pharmaSuisse**Direction de l'édition**

Martin Bürki

Rédaction

Jürg Lendenmann

Responsable de la rédaction

juerg.lendenmann@hcg-ag.ch

Publicité

Manuela Frei

+41 79 860 75 89

manuela.frei@hcg-ag.ch

Thomas Schwabe

+41 79 247 66 92

thomas.schwabe@hcg-ag.ch

Traduction

Marie-Hélène Kanem

Mise en page

Freiraum Werbeagentur AG

Production

Swissprinters AG/Kromer Print AG

ISSN 2813-9194

Copyright

Tous les droits sont réservés pour tous les pays, y compris la traduction et l'adaptation. Toute réimpression ou copie de texte, ainsi que toute utilisation sur des supports électroniques, optiques ou multimédias, sont soumises à autorisation.

imprimé en
suisse

Photo de couverture:

Serenkonata/stock.adobe.com

Chère lectrice, cher lecteur,

«À grands pas», aurait écrit Wilhelm Busch, le début du printemps approche, et, avec lui, Pâques et les œufs. L'éditorial de ce numéro est consacré à la symbolique des œufs, à leur relation avec Pâques ainsi qu'à leur importance en tant qu'aliment.

Le printemps apporte également une offre croissante et bienvenue de légumes frais, d'herbes aromatiques et les premières baies. Une alimentation printanière variée et savoureuse contient de nombreux micronutriments essentiels. Dans deux articles vous découvrirez les fonctions importantes des vitamines et des oligo-éléments dans le corps. En outre, vous apprendrez dans un autre article pourquoi les fibres alimentaires sont plus que de simples ballasts et pourquoi il est capital d'en consommer suffisamment. Au printemps, d'autres sujets de santé deviennent importants, que nous aborderons également.

Cette année, la «Journée des malades» est placée sous le thème «Renforcer la confiance» et a lieu depuis 85 ans le premier dimanche de mars. Le dimanche 3 mars, la présidente de la Confédération, Viola Amherd, s'adressera à la population. L'association organisatrice (jurneedesmalades.ch), et ses 38 organisations membres, souhaitent, par cette action nationale, sensibiliser la population une fois par an à un thème particulier lié à la santé et à la maladie.



Je vous souhaite un excellent début de printemps.

Jürg Lendenmann, Responsable de la rédaction