



ART ET SANTÉ

droguerie roggen

No 54 | Printemps 2020 | Valeur Fr. 2.- | www.roggen.ch



MÉLISSA THALMANN
DROGUISTE DIPLÔMÉE

Des tiques? Pas de panique

Le printemps pointe le bout de son nez: voilà une belle invitation à prendre l'air! Mais nous ne sommes pas les seuls à profiter des températures clémentes. Les tiques sortent elles aussi de leur hibernation. Bien que le nombre de piqûres de tique chez les êtres humains soit en constante augmentation, pas question de prendre peur et de transformer ses balades en une activité stressante. Premièrement, les tiques ne sont pas toutes porteuses d'une maladie; les risques qu'elles les transmettent par une piqûre restent faibles (voir page 7). Autre état de fait: selon les statistiques, en Suisse, il n'est pas plus dangereux d'être piqué par une tique porteuse d'une maladie que de traverser un passage piéton sans se faire percuter! Bien entendu, il est impératif d'adopter les bonnes mesures de prévention avant la balade (voir page 2) et, au retour, de procéder à une inspection minutieuse de toutes les parties du corps! Soyez pragmatique et profitez de l'éveil de la nature.

Adobe Stock © malykalaxa777

Le réflexe de l'appli «tique»



Non, les tiques ne tombent pas des arbres. A l'image de cette légende urbaine, de nombreuses idées reçues circulent au sujet de ces parasites fort redoutés. Les tiques vivent généralement au niveau du sol, à l'orée des forêts. Elles sont à l'affût dans les hautes herbes et les sous-bois, guettant les animaux à sang chaud – dont l'homme – pour s'y agripper lors de leur passage. Cette information – et une foule d'autres – sont disponibles sur l'application «tique» (Zecke en allemand). Développé

en 2015, cet outil, à télécharger sur smartphone, a été élaboré par des chercheurs de l'Université de sciences appliquées de Zurich (ZHAW), avec le soutien de l'Office fédéral de la santé publique. Assortie d'une carte interactive montrant les zones endémiques, elle fournit des conseils pour se protéger et enlever le parasite. En cas de piqûre, l'utilisateur pourra également prendre des notes dans le «journal des tiques», ce qui lui permettra de surveiller un éventuel développement de maladie.

AU SOMMAIRE

PLANTE MÉDICINALE | page 3

La cardère, une précieuse alliée contre la borréliose

BALADE | pages 4-5

Vers St-Martin, sur le sentier des arbres spectaculaires

Se protéger des piqûres de tiques



Les tiques sont plus petites qu'une tête d'allumette. Mais leurs piqûres peuvent être graves. Un comportement adapté permet de se protéger des méfaits de ces parasites.

LES RÉPULSIFS

Pour se protéger efficacement contre les tiques, il est conseillé d'utiliser un répulsif sur les vêtements et la peau. Il existe différents produits sur le marché contenant des principes actifs chimiques. D'une manière générale, ils protègent environ 4h contre les tiques et s'utilisent dès l'âge d'une année, voire de deux ans selon leurs composants. Seul l'Anti-Brumm anti-tiques a une protection de 8h contre ces acariens.

Au niveau des produits naturels, l'Antibrumm naturel protège durant 4h contre les tiques et peut s'utiliser chez les enfants à partir d'un an. La droguerie Roggen fabrique une spécialité maison, Pic Pocket, contenant des huiles essentielles telles que la citronnelle et l'eucalyptus. Ce répulsif est conseillé chez les enfants dès un an, avec une répétition de l'application toutes les 2h.

LES VÊTEMENTS

Pour aller en forêt, il est recommandé de porter des vêtements couvrants, de couleur claire et à longues manches. De cette manière, il est plus facile de repérer les tiques et ainsi d'avoir une chance de

les éliminer avant qu'elles ne piquent. Il est conseillé de mettre le bas des pantalons dans les chaussettes, de porter des chaussures fermées et d'utiliser un répulsif sur la peau et les vêtements.

LE «BON» COMPORTEMENT

Durant la balade, éviter les sous-bois, les buissons, les lisières de forêts et les hautes herbes jusqu'à 1,5 mètre, cela en dessous de 2000 mètres d'altitude. Marcher au milieu des chemins.

Après la balade, il faut se doucher ou se baigner le plus rapidement possible pour «rincer» les tiques qui cherchent encore l'endroit idéal pour leur repas de sang. Après cela, procédez à un auto-contrôle du corps. Les tiques s'implantent surtout vers les aisselles, l'aîne, le creux des genoux et le nombril. Chez les enfants, il faut bien contrôler le tour et l'intérieur des oreilles, ainsi que la nuque et le cuir chevelu. MD

L'ASTUCE DE CLAUDE

Claude Roggen a pour habitude de se badigeonner d'huile de fougère «Hefico» tous les matins. Il a remarqué qu'il ne se faisait que rarement piquer par les tiques. Il explique ce phénomène par le fait que la fougère présente des propriétés insectifuges. MD

COMMENT RETIRER UNE TIQUE EN SIX ÉTAPES

Vous avez été piqué? La tique devrait être retirée dans les 12 heures. En effet, plus elle peut se nourrir de sang, plus le risque d'une transmission d'agents pathogènes est important. Voici comment procéder pour retirer l'indésirable:

1. Saisir la tique avec une pince à épiler fine et pointue, le plus près possible de la surface de la peau.
2. Maintenir une pression constante et tirer la pince vers le haut. Ne pas tourner ni tirer par à-coup, car cela pourrait briser les pièces buccales qui resteraient alors coincées dans la peau.
3. Une fois la tique retirée, désinfecter la zone de la piqûre et les mains avec de l'alcool ou un produit désinfectant.
4. Plonger la tique vivante dans de l'alcool et l'enfermer dans un sac en plastique ou l'entourer de papier adhésif et la jeter. Ne jamais l'écraser avec les doigts, car les agents pathogènes pourraient alors se disséminer partout.
5. Bien nettoyer et stériliser les ustensiles après l'usage.
6. Noter la date de la piqûre. Observer la zone durant les semaines qui suivent. Consulter un médecin en cas de fièvre ou d'éruption cutanée.

ÉVITER LES REMÈDES DE GRAND-MÈRE

Il est vivement recommandé d'éviter tous les remèdes de type grand-mère, tels que le vernis à ongle, l'eau de Cologne, l'huile, la colle, la vaseline, du chaud ou encore l'huile essentielle de menthe poivrée. Ces substances ont tendance à exciter la tique, qui pourrait transmettre plus rapidement ses germes pathogènes si elle en est porteuse. MD



La cardère, une alliée contre la borréliose

FICHE TECHNIQUE

Dipsacus fullonum

NOMS POPULAIRES

Le revêtement épineux de la cardère, membre de la famille des Caprifoliacées, servait autrefois à carder la laine, d'où son nom évocateur de «peigne de loup». Le nom latin de *Dipsacus* dériverait du grec *Dipsan akeomai*, j'étanche la soif. Les termes français de «cabaret des oiseaux» ou «baignoire de Vénus» prouvent sa capacité à retenir de l'eau au creux de ses feuilles.

HISTOIRE

Plante herbacée robuste pouvant atteindre 1,5 m de haut, qui pousse en plaine jusqu'à 850 m d'altitude dans les jachères. Présente en Europe, en Asie occidentale, en Afrique et en Amérique du Nord, elle est facilement reconnaissable à ses fleurs fanées en forme de tête épineuse.

USAGE

La teinture mère obtenue par macération des racines fraîches de cardère a une action sudorifique, apéritive, diurétique, hépatotrope (action sur le foie), antimycobactérienne et possède des propriétés luttant contre la borréliose. CR

L'arrivée du printemps renforce les menaces d'infections liées aux piqûres de tiques. Les régions du pied du Jura et des Trois-Lacs est particulièrement concernée, les oiseaux migrateurs et les animaux sauvages vivants dans la Grande Carrière étant des hôtes privilégiés pour le parasite indésirable. Le risque de transmission de maladies aux humains est considérable. Ce sont les bactéries spirales très mobiles du genre *Borellia burgdorferii* qui sont responsables de la borréliose de Lyme. Plusieurs espèces de borrélioses infectent facilement certaines parties de l'organisme humain en déjouant son système immunitaire, car bien plus rapide et plus mobile que les globules blancs macrophages qui sont à leur poursuite. Une antibiothérapie ne suffit pas toujours et elle provoque bon nombre d'effets indésirables. La teinture mère de cardère,

quant à elle, vient soutenir le système immunitaire des personnes infectées pour faire face aux bactéries découvertes par le bactériologiste Amédée Borrel au début du XX^e siècle. Ce sont plus précisément les glucosides (loganine, cantleyoside) et les acides phénoliques (acide caféique et chlorogénique) renfermés dans l'extrait

des racines de *Dipsacus fullonum* qui ont une activité anti-borreliosa. Par son effet sudorifique, la cardère permet au corps de transpirer et ainsi

d'évacuer plus facilement le germe. Cette plante, par son affinité avec les cellules du foie, propose une action d'élimination de toxines hépatiques. Les substances amères lui confèrent un effet apéritif et aident en cas de mauvaise digestion, de maux d'estomac, de jaunisse et d'hépatite. Pour le dosage, demandez conseil à votre droguiste. CR





Sur le sentier des arbres spectaculaires

Le canton de Fribourg compte actuellement 34 «arbres spectaculaires». C'est du moins le nombre de spécimens que le Service des forêts et de la nature (SFN) a choisi – parmi les 20 à 30 millions d'individus du canton – de faire figurer sur sa liste et sa page internet dédiée*. Des arbres qui se distinguent par leur taille, leur forme, leur âge ou leur importance écologique. Chacun porte un surnom, qui fait écho à son histoire ou à son allure. Ainsi, on trouve Le Boiteux, Obélix, Le Fêlé, Le Gringalet ou encore Präsident. Chaque spécimen, qui a été soigneusement photographié, dispose d'une fiche descriptive, qui détaille ses caractéristiques, mais aussi les critères qui permettent de reconnaître son essence. Trois de ces phénomènes sont présents sur le «Sentier des arbres de Saint-Martin (FR)»: L'Hydre, Le Vainqueur (photo) et Le Triplé. Ce parcours de 15 km fait partie de la soixantaine d'itinéraires disponibles via l'application «Flower Walks».

Le principe est simple: il suffit de télécharger l'appli sur son smartphone, de sélectionner le parcours souhaité et de suivre la carte qui géolocalise l'utilisateur en temps réel. Un son est émis lorsque ce dernier s'approche non seulement des arbres spectaculaires présents au fil de la balade, mais également des plantes recensées sur le chemin, des lieux d'intérêts comme les places de pique-nique ou des curiosités comme les mines ou la chapelle St-Nicolas du Jordil. Chaque élément signalé sur la carte par une icône dispose d'une description détaillée, agrémentée de photos.

Ce formidable outil, dont le contenu est intégralement disponible sur le site internet www.flowerwalks.ch, permet de partir à la rencontre de près de 1100 espèces de plantes et de 74 milieux naturels, au travers de 59 parcours disséminés à travers la Suisse. A noter que tous les itinéraires sont accessibles en transports publics! La randonnée du

«Sentier des arbres spectaculaires de St-Martin» propose des paysages variés: elle traverse des villages, longe la paisible Mionna qui coule dans son vallon, flâne près de champs soignés. La boucle de 15 km démarre à St-Martin, dans le sens des aiguilles de la montre. Il est possible de raccourcir le circuit en rejoignant l'arrêt de bus de Crêt-près-Semsaes ou en ralliant la gare de La Verrerie. Revenons à nos trois vieux arbres remarquables. Il y a d'abord L'Hydre: ce hêtre au tronc énorme se divise en cinq gros bras; il fait penser au monstre de la mythologie grecque au corps de chien et aux neuf têtes de serpents. Au large de Progens, on rencontre «Le Vainqueur», un chêne d'un bel âge. Son jumeau n'a pas résisté à la foudre et sa souche git à terre, lissée par les intempéries. Il y a enfin les trois hêtres qui forment «Le Triplé»; ils ont grandi ensemble, si proches et si harmonieux que leurs troncs se sont rejoints et ne font plus qu'un. Comme décoiffé par



© Cathy Roggen-Crausaz

Le vent, ce végétal se tend vers l'orée du bois, dans une infinie course à la lumière.

*Pour y accéder, taper «arbres spectaculaires du canton de Fribourg» dans votre moteur de recherche.

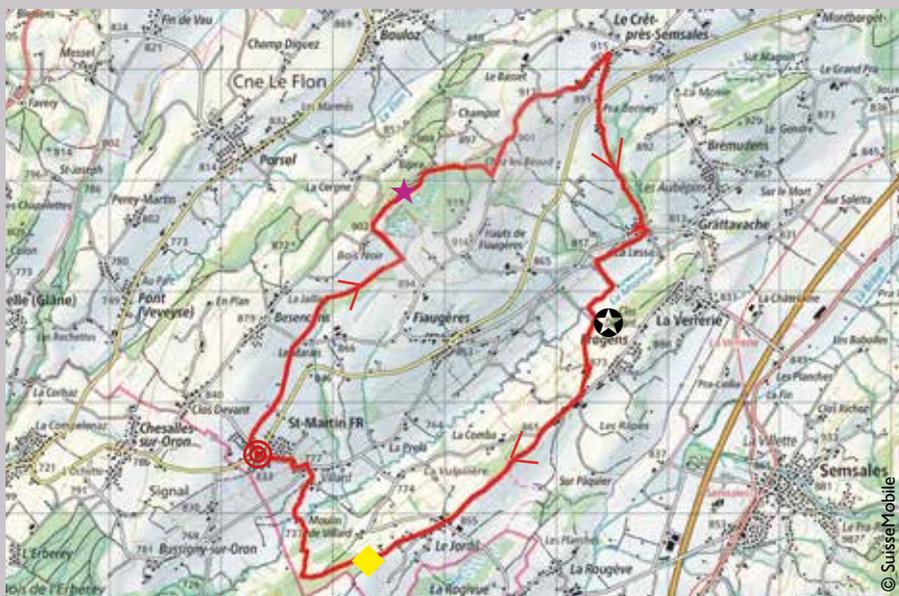
Avec le carnet des «Arbres bienfaiteurs» dans la poche



Pas facile d'identifier les arbres? Le carnet du druide 01 - intitulé les «Arbres bienfaiteurs» - sera d'un grand secours pour les néophytes. Agrémenté des illustrations de Lucie Fiore, ce mini-guide présente 7 essences chères au druide de Domdidier, Claude Roggen, à savoir: le bouleau pendant, le chêne pédonculé, le ginkgo, le marronnier, le noyer royal, le saule blanc et le tilleul. Autant d'arbres qui présentent des propriétés médicinales. On y

apprend par exemple que la sagesse populaire préconise de glisser quelques marrons dans sa poche en cas de crampes musculaires ou de rhumatismes: les fruits du marronnier sont en effet réputés «attraper» la douleur. Chaque arbre, présenté sur une double page, dispose d'une carte d'identité (taille, aspect de l'écorce, description des feuilles), agrémentée d'explications sur l'étymologie de son nom, sa symbolique, des aspects ethnobotaniques ou encore des coutumes qui lui sont liées. Idéal pour partir en balade, ce petit carnet de format A6 sera un compagnon très apprécié et complémentaire à l'application «Flower Walks» sur le «Sentier des arbres spectaculaires de St-Martin».

➔ Les carnets du druide sont en vente au prix de 5,00 CHF dans les drogueries Roggen.



INFOS PRATIQUES

Durée de la marche: 4h sans les pauses. Le sentier est balisé.

Distance: 14,5 km.

Dénivelé: 692 m.

Pour qui? Pour des adultes, bons marcheurs.

Orientation: Carte nationale 1:25 000 no 1224 Moudon. Itinéraire avec géolocalisation disponible sur l'application «Flower Walks».

Café-restaurant: Auberge de La Croix fédérale, Le Crêt (www.croixfed.ch).

Ouvert 7 jours sur 7.

🎯 **Point de départ**

★ **L'Hydre**

⬛ **Le Vainqueur**

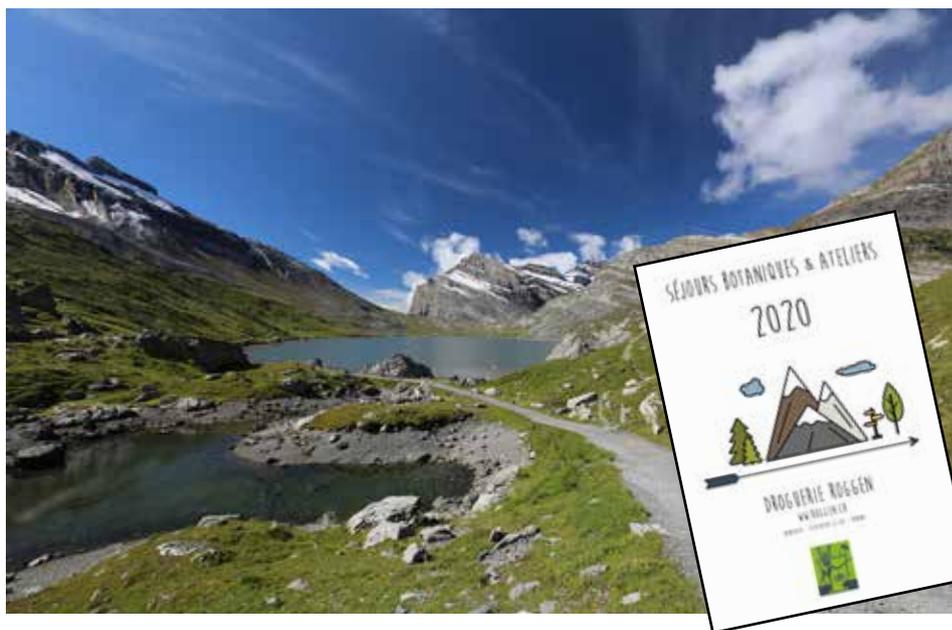
◆ **Le Triplé**

Des séjours botaniques à saute-montagne

Et si on traversait les Alpes à pied? En 2020, les drogueries Roggen proposent deux séjours botaniques à «saute-montagne». L'occasion d'apprendre à reconnaître les plantes qui poussent sur nos reliefs et de se familiariser avec leurs propriétés médicinales, mais aussi de découvrir des décors sauvages, où la nature peut se faire hostile. La beauté des paysages ne doit pas nous faire oublier qu'ici, les plantes luttent pour leur survie, dans des conditions climatiques souvent dantesques.

LE CHARME SAUVAGE DU VAL FERRET

La première sortie (25-26 juillet) débutera au col du Grand-St-Bernard, où les participantes et les participants seront acheminés en minicar. Après le franchissement de la chaîne montagneuse à 2'700 m d'altitude, ils rejoindront les magnifiques Lacs de Fenêtre qui, eux, culminent à 2'500 m d'altitude. Ils goûteront ensuite au romantisme sauvage du Val Ferret. Le second jour, l'itinéraire suivra le cours de la Dranse de Ferret, côtoyant des plantes plus familières de nos régions de plaine. Le groupe passera la nuit dans le confortable dortoir de l'alpage de La Peule, dans un décor à couper le souffle!



LE PASSAGE MYTHIQUE DE LA GEMMI

Lors du deuxième séjour à saute-montagne (22 et 23 août), ce sont les Alpes que Cathy et Emanuel vous proposent de franchir. L'accompagnatrice en montagne et le droguiste seront à vos côtés pour rallier Kandersteg à Loèches-les-Bains, via le fameux col de la Gemmi, passage d'échange historique entre Berne et le Valais. La nuit dans l'ancien poste de douane de Schwar-

enbach promet de jolis souvenirs, quand on sait que Jules Verne, Maupassant, Lénine ou encore Picasso y ont séjourné...

Toutes les infos pratiques concernant les activités présentées sur cette page figurent dans la brochure «Séjours botaniques et ateliers 2020», disponible dans les drogueries Roggen, ainsi qu'en téléchargement sur internet à l'adresse suivante: www.roggen.ch/activites

MINI-TREK

Une jolie idée cadeau pour les minis

Partager un week-end à la montagne avec sa petite fille ou son filleul. Découvrir ensemble les secrets de la nature par l'observation, le dessin et le jeu. Le concept du mini-trek a vécu ses deux premières éditions en 2019. Conçu pour nourrir la relation et créer la complicité entre un enfant et un adulte, il sera reconduit cette année samedi 4 et dimanche 5 juillet. Riche en animations, le séjour se déroulera sur les flancs du Cousimbert, dans les Préalpes fribourgeoises, avec une nuit en chalet. Une aventure authentique, ouverte aux

enfants de 8 à 12 ans, qui laissera de beaux souvenirs. Niveau de difficulté: facile (environ 2h de marche par jour). Prix du séjour en pension complète: adulte 210,00 CHF / enfant 110,00 CHF. Maximum 14 personnes. Inscriptions par tél. au 026 663 30 34.



COLLABORATION

Cinq journées à thèmes

La droguerie Roggen poursuit sa collaboration avec le Domaine Notre-Dame de la Route (DNDR) à Villars-sur-Glâne. En 2020, elle a le plaisir de proposer 5 ateliers thématiques d'une journée chacune: 30 avril - randonnée et alimentation saine / 9 mai - un baume pour les petits bobos / 21 mai - randonnée botanique au fil de l'eau / 13 juin - les secrets du sureau / 20 octobre - les arbres bienfaiteurs. Ces journées seront à chaque fois assorties d'un repas (3 plats), qui sera servi à midi au restaurant «Le Jardin» du DNDR. Renseignements et inscriptions par tél. au 026 409 75 00 ou par mail à: reservation@domaine-ndr.ch

S'il est un animal que l'être humain n'apprécie pas du tout, c'est bien la tique. Lorsqu'elle pique, elle peut transmettre via sa salive des agents pathogènes dangereux pour l'homme.

Les tiques sont présentes toute l'année en Suisse, mais c'est au printemps et en automne qu'elles sont le plus actives. De janvier à octobre 2019, l'Office fédéral de la santé public (OFSP) a estimé à 18'000 le nombre de consultations médicales pour une piqûre de tique. Il existe deux principales maladies pouvant être transmises par ces acariens hématophages. A noter que les tiques ne sont pas toutes porteuses de maladies.

La maladie de Lyme

Appelée aussi borréliose, la maladie de Lyme est causée par une bactérie, *Borrelia Burgdorferi*, transmise par la tique du mouton, *Ixodes ricinus*. L'acarien peut inoculer la maladie aussi bien au stade de larve, que de nymphe ou de femelle adulte. La transmission s'opère entre 16 et 24 heures après la piqûre, soit à la fin du «repas sanglant» de l'insecte, la bactérie logeant dans son intestin. Il est donc important de retirer la tique le plus rapidement possible pour limiter les risques de contamination (voir page 2). En Suisse, selon l'OFSP, entre 5 et 30% des tiques sont porteuses de l'agent de la borréliose; le taux monte à 50% dans certaines régions. Mais toutes les tiques infectées ne transmettront pas la bactérie. Il est estimé que sur 100 personnes piquées par une tique, moins de 5 d'entre elles contracteront la maladie.

Un des symptômes typiques, mais pas obligatoire de la maladie, est l'érythème migrant, une rougeur en forme de cercle qui se développe autour de la piqûre, qui ne provoque ni démangeaison ni douleur. Un tel phénomène nécessite une consultation médicale et un traitement aux antibiotiques. Des symptômes grippaux comme la fièvre, des douleurs aux membres et des maux de tête sont aussi des signes, bien



Adobe Stock © Kateryna_Kon

que moins spécifiques de la maladie. A savoir que la borréliose peut passer inaperçue et se développer bien des années plus tard, les borrélioses pouvant changer de forme et se cacher profondément dans notre organisme.

La méningo-encéphalite à tiques

L'autre principale maladie transmise par les tiques est la méningo-encéphalite à tiques ou méningo-encéphalite verno-estivale (MEVE). Connue également sous l'abréviation allemande FSME, cette affection est une inflammation des méninges et du cerveau. Il s'agit d'un virus, véhiculé également par la tique du mouton *Ixodes ricinus*. Sa transmission se fait directement au moment de la piqûre par la salive. En Suisse, environ 1% des tiques sont porteuses du virus de la MEVE. Selon l'OFSP, entre 200 et 400 cas de maladies sont déclarés chaque année.

Lors de piqûre par une tique infectée, l'infection ne génère généralement aucun symptôme. Chez une minorité de personnes, des signes semblables à une grippe (fièvre, douleurs articulaires, maux de tête) surviennent entre 2 et 28 jours après la piqûre et disparaissent après quelque temps. Chez 5 à 15% des malades, des symptômes neurologiques (maux de tête, sensibilité à la lumière, vertiges, troubles de la concentration) peuvent apparaître

et persister des semaines, voire des mois. Dans les formes les plus graves, des séquelles sont possibles (paralysies des bras, des jambes et des nerfs du visage) et la maladie est mortelle dans 1% des cas avec symptômes neurologiques. D'un point de vue statistique, cela concerne 1,5 piqûres sur 100'000. Il n'y a pas de traitement spécifique de la maladie, seuls les symptômes pouvant être accompagnés. RL/VC

Un vaccin, une maladie

S'il n'existe pas de vaccin contre la borréliose de Lyme, on peut se faire vacciner contre la méningo-encéphalite verno-estivale. Depuis 2019, l'OFSP recommande ce traitement à toutes les personnes âgées de plus de 6 ans qui habitent dans des zones à risques (toute la Suisse sauf les cantons de Genève et Tessin) et qui se rendent régulièrement en forêt. Le vaccin est un choix personnel, notamment en raison du bénéfice-risque. Il faut être bien conscient qu'il ne protège que contre l'encéphalite à tiques et qu'il n'exclut pas la prévention et le contrôle du corps systématique après chaque retour de balade, ceci afin d'éviter la maladie de Lyme. RL/VC

ACTIVITÉS

ATELIER TISANE POUR ENFANTS

À l'approche de la Fête des Mères, viens apprendre à confectionner ton propre mélange de «thé froid» maison, que tu pourras offrir à ta maman le deuxième dimanche de mai. Cet atelier tisane aura lieu **mercredi 22 avril 2020 de 14h à 16h, à la droguerie Roggen de Domdidier**. Ouvert aux enfants dès 6 ans. Prix: 15.- par enfant, matériel compris. Chaque enfant repartira avec sa tisane et un cadeau pour sa maman. Places limitées à 12 personnes. Inscription obligatoire par téléphone au 026 652 32 02 ou par email à: romont@roggen.ch

BALADE BOTANIQUE

Sur le thème de «la nature en ville» et dans le cadre de notre «carrousel des jardins botaniques» (voir ci-contre) venez randonner à **Bâle jeudi 7 mai 2020** et découvrir la cité rhénane sous l'angle de la flore urbaine. Classé parmi les dix villes du monde avec la meilleure qualité de vie, Bâle possède de nombreux espaces verts. Rendez-vous à la gare de Bâle à 9h30, au point de ralliement. Fin de la journée vers 16h30. Prix: 50,00 CHF par pers. Max. 15 participants. Difficulté: facile. Inscription par tél. au 026 652 32 02.

CARROUSEL DES JARDINS BOTANIQUES

La nature est omniprésente, y compris dans les villes. Les jardins botaniques constituent de véritables îlots de verdure au cœur des cités. Afin de mettre en évidence la richesse botanique de ces espaces, nous avons décidé de mettre sur pied une grande tournée nature, qui va s'arrêter en 2020 dans six villes de Suisse. Voici les 6 étapes de «La nature en ville»:

- Bâle: 7 mai
- Neuchâtel: 9 juin
- Berne: 14 juillet
- Genève: 6 août 2020
- Zurich: 3 septembre 2020
- Lausanne: 1^{er} octobre 2020

Infos dans notre brochure d'activités 2020 ou sur la page internet: www.roggen.ch/activites

SÉJOURS BOTANIQUES

En 2020, les drogueries Roggen proposent trois séjours botaniques: le mini-trek au Cousimbert (4-5 juillet), le Val Ferret (25-26 juillet) et la Gemmi (22-23 août). Présentation au page 6 de ce journal et infos détaillées dans notre brochure, disponible dans les trois drogueries Roggen, ainsi que sur la page de notre site internet: www.roggen.ch/activites

LES DROGUERIES ROGGEN VOUS ACCUEILLENT À...

1564 DOMDIDIÉ

Vy-d'Avenches 12
Tél. 026 675 15 25
domdidier@roggen.ch

Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:
8h-12h et 13h30-18h30
Samedi: 8h-12h et 13h30-16h
Mercredi après-midi fermé

1470 ESTAVAYER-LE-LAC

Grand'Rue 27
Tél. 026 663 85 63
estavayer@roggen.ch

Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:
8h-12h et 13h30-18h30
Samedi: 8h-12h et 13h30-16h
Lundi matin fermé

1680 ROMONT

Rue de l'Église 82
Tél. 026 652 32 02
romont@roggen.ch

Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:
8h-12h et 13h30-18h30
Samedi: 9h-12h et 13h30-16h
Lundi matin fermé

...et en tout temps sur
le site internet

www.roggen.ch



LIVRE

La place des femmes à la campagne



Un livre et une femme incroyables: Maria Sanchez pose un regard intime et familier sur le monde rural. Vétérinaire et poétesse, elle est la porte-parole des territoires et des individus mal-aimés. Ce récit original et sincère redonne la place aux femmes dans le monde agricole. Elle raconte l'histoire des femmes de sa famille qui ont dû renoncer à l'éducation et à l'indépendance pour travailler la terre et nourrir leurs proches, à l'ombre des hommes. Avec cette histoire de filiation et de destins singuliers, ce texte lumineux se lit comme une confession personnelle. Authentique et bouleversant! L'ouvrage a connu un immense succès en Espagne. Espérons qu'il rencontre le même destin chez nous!

La terre des femmes, Maria Sanchez, Editions Rivages, 165 p., Fr. 27,70

Ce livre est présenté par Estelle Perritaz de la Librairie La Rumeur à Romont, tél. 026 652 02 24, www.librairie-la-rumeur.ch.
Egalement en vente dans les drogueries Roggen.