

Mars 2007

N° 3

Journal de l'Association AVSDS

Imprimé par easy document 1440 Montagny-Chamard www.easydoc.ch



Association Vivre Son Deuil Suisse



Le mot de la Présidente

Dans ce numéro

Billet de la Présidente

Comité, coin bibliothèque

FEAVSD, prenez note:
vide grenier, congrès 2007

Assemblée générale
Mednat 2007

Accompagnement par SMS

Le fil de vie
Je vous écoute

Week-end des bénévoles

Le forum du Jura /nov. 06:
-Deuil et généalogie,
-Déposer les valises

Accompagner son animal

Ligne d'écoute,
CD à prix réduits

Café-Débat:
-samedi 28 avril 2007

Annonces publicitaires

Billet de la présidente

Le printemps qui frappe à la porte vous apporte aussi le troisième numéro de notre journal. Nous sommes heureux de pouvoir être en contact avec vous à travers ces pages et nous sommes reconnaissants à Hélène Baer de continuer à nous offrir son aide et ses compétences pour ce faire.

Durant les mois écoulés, le travail de votre association a continué grâce aux personnes fidèles et fiables qui maintiennent nos lignes d'écoute, qui œuvrent au succès des différentes manifestations telles que forum du Jura à Glovelier, vide grenier à Agiez, travail de secrétariat, soutien de personnes en deuil, travail d'information, maintien du site internet, offres de séminaires de préparation à l'euthanasie d'un animal de compagnie, contacts avec la Fédération Francophone des Associations « Vivre son Deuil ».

Tout ce travail est accompli totalement bénévolement sans aucune aide extérieure, ni aucune subvention.

Nous espérons tout de même obtenir quelques dons dans le futur, mais en Suisse, c'est loin d'être facile !

En attendant, c'est avec plaisir que ceux qui portent l'AVSDS continuent leur chemin en comptant sur votre soutien et votre présence à l'assemblée générale du 15 mai 2007 qui sera suivie d'un exposé par la soussignée.

"La vie est plus un consentement qu'un choix. On choisit si peu...

On dit oui ou non au possible qui nous est donné.

La seule liberté de l'homme, c'est de tenir la voile tendue ou de la laisser choir.

Le vent n'est pas de nous !"

Abbé Pierre

La présidente,
Rosette Poletti

Le comité

La Présidente : Rosette Poletti

Le Trésorier : Thierry Brauch

La Secrétaire : Marilou Déchamboux

Site internet : Jean-François Vuillemin, Alain Bader

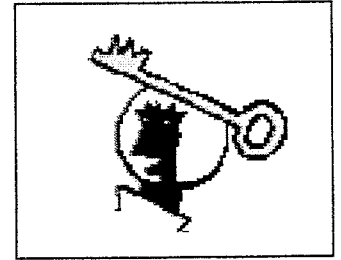
Écoute téléphonique : Thérèse Edera, Lilliane Poletti

Responsable des ateliers pour animaux : Martine Ramel

Responsable du journal : Hélène Baer

Claudine Maillard Coudray, Lucette Clivaz, Annie-Claire Blum,

Philippe Vallotton, Jacqueline Rutgers, Marc Bigliardi



Le Coin bibliothèque

Peut-on survivre au suicide de son fils? témoignage d'une mère
Eliane Juillerat - Degoumois Editions A la Carte - 2006

La force de l'amour

l'histoire d'une vie parsemée de deuils, mais habitée par l'amour
Kathary Engel Editions Isca - 2006

Se pardonner à soi-même

Anselm Grün Editions Desclée de Brouwer - 2003



Les harmonisants émotionnels du Dr. Bach Dernier ouvrage de:
Barbara Dobbs Préface de ***Rosette Poletti***
Editions Recto Verseau

Des pensées pour grandir

Des paroles fortes pour vous aider à vivre et à croître.


Barbara Dobbs ***Rosette Poletti***
Editions Jouvence

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre

La voie du coquelicot.

Barbara Dobbs ***Rosette Poletti***
Editions Jouvence

A votre disposition sur
commande au :

 021/843.38.28

"Vivre son deuil" suisse fait partie de la Fédération Européenne
"Vivre son deuil" qui comprend maintenant 13 régions.

Le siège est à Paris.

La présidente est le Dr Maryse Dumoulin.

Vous pouvez aller visiter le site internet www.vivresondeuil.asso.fr

Vous y trouverez des annonces qui pourraient vous intéresser.

Lire l'article sur le week-end de tous les bénévoles de terrain et des comités...

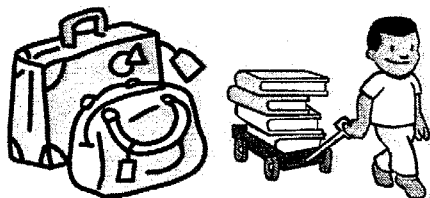
Prenez note

Journée vide Grenier ☺

Le 6 octobre 2007

à la grande salle d'Agiez

1352 Agiez



Congrès 2007

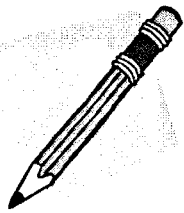
Samedi 10 novembre 2007

"Le deuil dans la fratrie"

Le programme est encore à définir et se
trouvera dans le prochain journal.

Aula du collège de Nyon

Inscription et renseignements au
secrétariat de l'AVSDS : 024 534 08 74



Assemblée générale

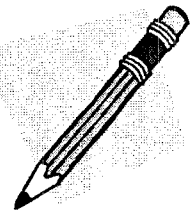
et exposé avec la présidente, Rosette Poletti

mardi 15 mai 2007 à 19h00

à l'Association Vivre son Deuil Suisse

rue Beauregard 2 - 1400 Yverdon-les-Bains

Nous comptons sur votre précieuse présence...



Mednat Expo 2007 Lausanne

Du 28 mars au 1^{er} avril 2007 - Beaulieu Lausanne

Salons des médecines naturelles, du bien-être et de la santé.

Heures d'ouverture

- Mercredi 28 mars 13h à 20h.
- Jeudi 29 mars 10h à 21h.
- Vendredi 30 mars 10h à 19h.
- Samedi 31 mars 10h à 19h.
- Dimanche 1^{er} avril 10h à 19h.

Thème 2007

- Se ressourcer corps et esprit !

Invités et hôtes d'honneur 2007

- La fondation du Dr C. Kousmine fête ses 20 ans.
- Sun Store fête ses 35 ans.
- Les éditions Jouvence, invité d'honneur du Forum du livre.



A ne pas manquer !

Rosette Poletti & Barbara Dobbs

- Jeudi 29 mars à 18h30 : La crise du milieu de la vie.
- Vendredi 30 mars à 16h30 : Découvrir des ressources pour sa vie
- Samedi 31 mars à 16h30 : Perdre, changer, grandir. Devenir les survivants du futur.
- Dimanche 1^{er} avril à 13h30 : Les harmonisants émotionnels du Dr Bach.

Accompagnement par SMS

Nous collaborons toujours avec l'entreprise Mobilinput SARL pour offrir aux personnes qui vivent un deuil ou une perte, un accompagnement quotidien sous la forme d'un message de 145 signes qui apparaît tous les jours pendant 40 jours sur leur téléphone portable.

Cet accompagnement a été pensé et préparé de manière à inclure une progression jusqu'au 40^e jour.

Il apporte du soutien, des encouragements, des pistes pratiques.

Comment vous abonner ?

Trois thèmes vous sont proposés.

1 Deuils et ruptures: apprendre à mieux gérer

2 Apprendre à gérer sa vie positivement

3 Vivre éveillé

Vous composez le message suivant (sms) sur votre natel selon le numéro du thème choisi

START RP1 et envoi au 939 ou

START RP2 et envoi au 939 ou

START RP3 et envoi au 939.

C'est tout ! Dès le lendemain, normalement, le programme commence, quel que soit son « serveur » : Orange, Sunrise ou Swisscom.

Ce service vous est facturé à 25 francs suisses pour les 40 jours sur votre facture de téléphone. Prix spécial pour 2 ou 3 thèmes.

Vous pouvez aussi offrir un abonnement à un ami ou à un proche... Pour cela, demandez le formulaire "Je souhaite abonner un ami" au 021 843 38 28 ou au 021 711 21 28.

Au-delà des moyens écrits et de l'internet, c'est bien le portable qui est l'outil le plus utilisé par la majorité des personnes aujourd'hui, c'est donc un moyen à utiliser.

Rosette Poletti

sur votre téléphone portable

Le fil de vie

La source est la naissance d'un tout petit filet d'eau-vive qui coule tranquillement.

Peu à peu la pluie et la rosée – l'amour et la tendresse – donnent plus de force au ruisseau.

Son cours devient rapide, je prends de la vigueur, j'entraîne avec moi mon entourage, comme le ruisseau entraîne dans son mouvement des cailloux et parfois aussi de la terre. Juste pour lui tenir compagnie. D'autres fois, quant on veut le dompter ou le retenir, sa révolte ou sa colère le font bouillonner. Parfois on lui impose un lit rigide. S'il dérange trop la vie des hommes par sa fougue, on le déplace. C'est ainsi pour moi, on me déplace, je passe de mains en mains, de familles en hommes. Mais chaque apport d'eau redonne de la force, de la vigueur. Chaque geste de tendresse, de caresse me fait revivre et grandir dans mon être, plus sûrement que la nourriture fait grandir mon corps.

Ruisseau devenu fleuve, l'enfant devenu adulte, c'est de ce fleuve qu'on tire l'eau qui donne la vie en arrosant les plantes. On retient aussi son eau dans des barrages, parfois son lit est presque à sec tellement on a retiré d'eau.

Je me sens parfois dans cet état-là, vidé de mon énergie, tellement on m'a demandé d'aide, d'écoute, du temps, j'ai répondu en offrant de l'amour, qui a été accepté. Sans retour, même d'une toute petite quantité, je me dessèche. Mais le fleuve reçoit des affluents qui lui permettent de grandir.

Pour moi il n'y a pas d'affluent, des gouttes d'attention par-ci par-là. Cela ne me donne pas assez de force pour briser les barrages, pour redonner une grande vitalité. J'ai soif, très soif de rosée pour me donner de la force de vie.

Les choses se mettent peu à peu en place, ma vie prend forme, le fleuve grossit, prend des forces vives. Oh, ce n'est plus la fougue des débuts du parcours, il trouve une tranquillité, une forme de sagesse. Son chemin a été long. Beaucoup de fleuves terminent leur parcours en formant un delta. Leur cours se partage en plusieurs bras, certains disparaissent dans le sable sans atteindre la mer.

J'espère ne pas faire un grand delta, (ne pas partir en morceaux,) à la fin de ma vie, mais couler doucement dans la mer de « l'eau-delà. »

Le fleuve dépend souvent de la main de l'homme, ce qui n'est pas mon cas, mais l'amitié, la tendresse et l'amour, qu'on veut bien me donner, font la qualité de cette vie. Je ne pense pas demander ces choses qui me sont vitales... J'espère ou désespère, selon le cas, en attendant d'arriver à la mer.

Texte transmis par

Thérèse Edera

Ligne d'écoute pour les personnes en deuil



Je vous écoute



Le Natel de l'Association Vivre Son Deuil loge chez moi. Il me suit dans mes occupations à travers mon petit appartement.

Quand votre message arrive, je l'écoute avec attention et j'en prends note.

Avant de composer votre numéro, je termine le travail en route pour avoir l'esprit disponible.

Ensuite, je prépare le répertoire qui me permet de vous communiquer des adresses de groupes d'écoute.

Je donne "congé" à mes occupations pour ne pas être distraite pendant notre conversation.

Vous me parlez de vos soucis, vos chagrins et vos préoccupations, vous m'offrez votre confiance et cela me touche.

Vous me dites souvent être réconforté après quelques minutes de conversation, pourtant je n'ai pas l'impression d'avoir fait grand-chose, sinon écouter.

De cela, je vous remercie et je vous souhaite bonne route vers votre avenir.

Thérèse Edera



Fédération Européenne des Associations Vivre son Deuil
Week-end de tous les bénévoles
de terrain et des comités

samedi 8 septembre et dimanche 9 septembre 2007
à Paris - France

7, rue Taylor - 75010 PARIS - Tél / Fax : 0033 1 42 08 11 16
www.vivresondeuil.asso.fr
fevsd@vivresondeuil.asso.fr

Programme

Samedi matin : accueil, évolution de la Fédération par Maryse Dumoulin,
projection d'un film grand public sur le deuil et discussion.

Samedi après midi : 3 forums

Gestion d'une association
Enfants en deuil
Deuil à l'école

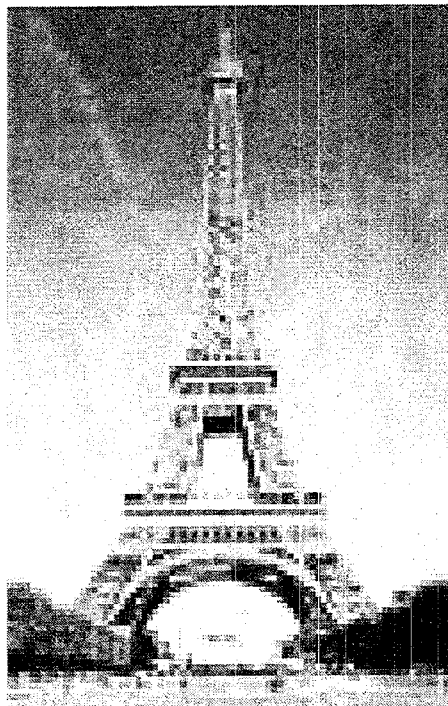
Dimanche matin : plénière : rendu des forums

+ 3 autres forums

Deuil périnatal
Deuil après suicide
Internet

Dimanche après midi : plénière : rendu des forums

Présentation des activités de l'AVSD
avec jeu de rôle « café deuil »



Le forum du Jura à Glovelier

Cette belle journée, qui s'est déroulée le 4 novembre dernier, avait pour thème :

« Deuil et généalogie ». Plus de 100 personnes remplissaient la salle mise à notre disposition.

Voici quelques éléments tirés des apports de cette journée.

Deuil et généalogie

Chacun d'entre nous est né de la rencontre d'un ovule et d'un spermatozoïde : C'est à partir de là que s'est constitué notre patrimoine génétique, notre hérédité biologique.

Nous sommes nés à un certain moment de l'histoire, dans une certaine société, dans une certaine famille.

Depuis tout petit, nous sommes l'objet de projections de notre famille, nous sommes désirés, fantasmés.

Puis nous nous identifions à ceux qui nous entourent; nous mettons en place un système de répétitions.

Nous répétons les points de vue, les comportements, les agissements des membres de notre famille.

L'identification va encore plus loin. Qu'arrive-t-il lorsqu'un des parents vit un deuil, on a vécu un deuil dans son enfance et qu'il n'a pas été en mesure de « faire ce deuil » ?

La tristesse, le désespoir fondamental qu'il manifeste peut-être est repris par son fils ou sa fille, ou encore par plusieurs de ses enfants qui se retrouvent déprimés sans raison apparente à l'âge adulte sans comprendre pourquoi.

Par le biais d'une loyauté inconsciente, ils prennent sur eux ce fardeau de tristesse, qui les accompagne fortement, surtout à certains moments de leur vie, quand eux-mêmes ont à se confronter des pertes ou des deuils.

Il arrive que ces loyautés sautent une génération ou que plusieurs enfants, à leur manière, soient affectés par un deuil non fait dans les générations précédentes.

Comment peut-on prévenir cela ?

Faire ses deuils

- En faisant ses deuils, son travail de deuil.
- En faisant son propre ménage pour éviter de transmettre ses poubelles émotionnelles à ses enfants.
- En évitant les secrets – parler – inclure les enfants – éviter les deuils dans l'intimité.
- En acceptant la réalité, accepter d'entrer dans un processus de deuil.

Le temps qu'il faut pour parcourir le chemin n'est pas important, aussi longtemps qu'on est en route.

Ce qui pose problème, ce sont les impasses, là où l'on reste bloqué, alors parfois, le deuil ne se fait pas et ce sont les générations suivantes sur qui ce travail est reporté.

Certains deuils donnent plus facilement lieu à des impasses :

- Les pertes sans adieux (morts brutales - suicides).
- Les décès de personnes avec qui la relation était mauvaise.
- Les pertes d'enfants.
- Les pertes dans le cadre de dépendances affectives.

Les non-dits, les deuils non faits suintent par tous les pores pour plusieurs générations, jusqu'à ce que quelqu'un les mette en mots.

Ce qui est traumatisant, ce sont les mots retenus, refoulés ou gardés secret de génération en génération. Ils représentent des boucles non bouclées, des histoires qui ne sont pas finies.

Chacun devrait prendre la responsabilité de ses deuils, s'assurer qu'il les vit complètement, même s'il s'agit parfois de demander de l'aide, en d'autres termes « faire son propre ménage émotionnel » pour éviter de transmettre ses poubelles émotionnelles » à ses enfants et petits-enfants.

Déposer les valises qui ne nous appartiennent pas

Faire ses deuils

1. Avant le deuil

a) Clarifier ses relations avec les autres :

Lâcher-prise

Pardonner

Sortir des impasses relationnelles, afin que lorsque l'autre meurt, il n'y ait pas de situations pourries.

b) Identifier et ouvrir, toutes les fois que c'est possible, les secrets de famille liés à la naissance :

- filiation
- enfants morts-nés
- avortements
- enfants issus d'inceste
- fertilisation par don de sperme

et à la mort :

- suicide
- crime
- morts lors de guerre
- morts en prison ou en clinique psychiatrique.

2. Lors du deuil

- Accepter la réalité de la perte.
- Voir le défunt (si possible) et lui dire adieu.
- Accomplir pleinement les rites funéraires avec les proches et les amis et non pas dans l'intimité.
- Intégrer les enfants dans les rituels de deuil.
- Donner de l'importance à ce point final de la vie.

• Après le deuil

- Accepter de vivre ses émotions.
- Accepter de vivre les étapes du deuil et de la transition.
- Accepter de se faire aider si cela s'avère nécessaire.
- Aller doucement vers un détachement émotionnel de la personne décédée afin de réinvestir l'énergie dans de nouvelles relations.
- Intensifier la relation « spirituelle » avec le défunt.

Lorsque le deuil ne nous appartient pas

Être attentif aux signes

- Tristesse sans cause apparente.
- Maladie qui débute à une date en liaison avec un décès dans la famille.
- Avoir le prénom d'un enfant décédé avant nous dans la famille.
- Ascendants qui ont vécu des deuils et semblent ne leur donner aucune importance.
- Présence de secrets de famille.

• Chercher de l'information, vérifier les indices

- Si possible, parler aux personnes qui connaissent des éléments que nous ignorons.
- Créer son arbre généalogique.
- Regarder les albums de photos, poser des questions et se laisser ressentir ce qui vient à propos des gens qu'on y voit.
- Lorsqu'on a pris conscience qu'on portait des deuils qui ne nous appartenaient pas : décider de les « rendre » à la personne à qui ils appartenaient.

Cela peut se faire en
-écrivant une lettre à cette personne et en brûlant cette lettre.

-On peut ensuite enterrer les cendres de la lettre et planter une touffe de fleurs au-dessus.

-On peut enterrer les cendres de la lettre sur la tombe d'une personne déjà décédée.

Ce travail de « restitution du deuil » peut aussi avoir lieu dans des sessions :

« Se libérer des deuils qui ne sont pas à moi » grâce, par exemple, à une approche psychologique comme la Gestalt.

Bien entendu, une démarche de relation d'aide ou de psychothérapie permet aussi cette démarche.

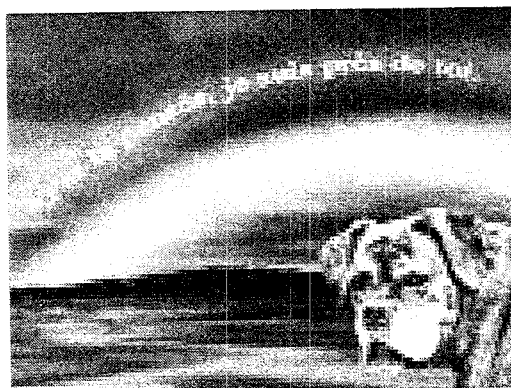
L'essentiel consiste à déposer ces « valises de deuil » qui ne nous appartiennent pas et qui alourdissent notre vie.

Brisez vos limites, faites sauter les barrières de vos messages contraignants, déposez les fardeaux inutiles et tous ceux qui ne vous appartiennent pas, osez la liberté, soyez ce que vous voulez être, vous seuls pouvez faire cela !

La vie est un risque, elle est une chance, elle vaut la peine d'être vécue.

Rosette Poletti

Accompagner son animal de compagnie vieillissant puis vivre son deuil



L'animal de compagnie tient une place importante, voire une place à part entière dans la famille, auprès d'une personne seule, âgée ou handicapée.

Nous tissons des liens étroits avec nos chiens, chats, cobayes, chevaux et autres animaux. Ils participent à nos joies et nos peines et sont souvent nos confidents.

Inexorablement, nos compagnons vieillissent et disparaissent. Ces étapes sont pénibles et engendrent des tourments, de la tristesse, d'autant plus que souvent nous devons prendre la décision difficile et parfois culpabilisante de mettre fin à leur vie : l'euthanasie. Nous ressentons un profond désarroi devant l'absence définitive, beaucoup de chagrin, et sommes parfois confrontés à l'incompréhension de certains face à nos souffrances.

L'Association « *Vivre Son Deuil Suisse* », en partenariat avec la SVPA et la SGPA, vous propose d'aborder ces thématiques en trois ateliers (minimum 5 participants par atelier).

Accompagner son animal de compagnie vieillissant puis vivre son deuil

Formule privée

Sur demande, des ateliers personnalisés peuvent être organisés aux lieux et dates de votre choix.
A vous de construire l'intervention d'après vos propres besoins.

Atelier 1

Accompagner son animal vieillissant

Définir les besoins de l'animal
Observer les comportements
Changer les habitudes
Gérer les contraintes
Sens de la vie avec son animal
Soins palliatifs ou euthanasie

Atelier 2

La perte de son animal

Identification des émotions
Phases du deuil
Les rituels
L'absence et le vide
Adopter un nouvel animal

Atelier 3

Aider un enfant face à la perte de son compagnon

Placement ou abandon SPA
Perte physique de l'animal
Représentations aux différents âges
La relation d'aide

Intervenante
Martine Golay Ramel

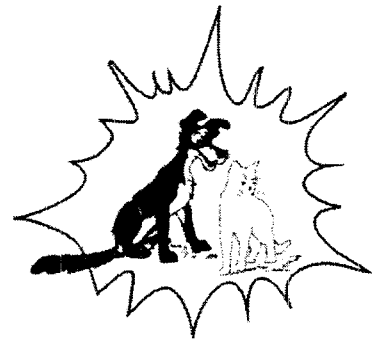
Accompagnatrice de personnes en
fin de vie, thérapeute du deuil, formatrice.

Assistante
Mireille Dumas

Une participation aux frais de Fr. 50.- par personne sera perçue au début de chaque atelier.
Collation offerte.

Pour renseignements et inscriptions
Tél : 079 314 15 38

Ligne d'écoute
deuil animaux
Tél : 078 898 83 11

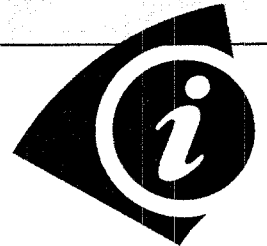


Association Vivre Son Deuil Suisse
Case postale 98
1350 Orbe
animal. www.vivresondeuil-suisse.ch

Information Importante
Il est maintenant possible de participer
sur le thème du deuil produit par la mort de son
Cabinet vétérinaire
des Drs Alain et Marina von Allmen
Neuchâtel 032/ 725 50 77

Ecoute CD

Les conférences sur CD



Madame Maillard Strüby infirmière, chargée de cours à l'université Webster "les deuils de la santé "(Congrès CHUV 2005)

Madame Werro Zufferay conseillère conjugale à Fribourg "les deuils dans les divorces pas choisis"(Congrès CHUV 2005)

Table ronde "les deuils sans morts" animée par :
Rosette Poletti, F.Maillard-Strüby, Cl. Werro-Zufferey, Ch. Ridoré(Congrès CHUV 2005)

Monsieur Ch. Ridoré..."les deuils du pays" disponible sous forme écrite (Congrès CHUV 2005)
(Fr.7.00 port inclus)

À PRIX REDUIT, PROFITEZ!

1 CD Fr. 15.-

5 CD Fr. 60.-

+ frais de port pour envoi postal / au sec. AVSDS 024 534 08 74

Café-Débat

Un café-débat avait déjà eu lieu à Lausanne l'an dernier et c'est avec plaisir que nous le renouvelons. Invitation à tous! Entrée libre.

Date: **Samedi 28 avril 2007**

Horaire: 17h00 à 19h00

Lieu: Café du Grütli

16, Rue Général Dufour à Genève

avec **Georges HALDAS** et **Rosette POLETTI**

Claudine Maillard-Coudray

VOS ANNONCES PUBLICITAIRES

PRATICIENS, ASSOCIATIONS, FORMATIONS, STAGES ET SEMINAIRES

CHRISTINE LUTHI

Praticienne en Relation d'Aide dipl.

Langues : français – allemand – anglais

- Relation d'aide
- Epanouissement personnel
- Accompagnement des personnes en deuil
- Fleurs de Bach

Sur rendez-vous : 021 701 08 63
078 633 92 99

chris.relationaide@bluewin.ch

www.dialogue-ecoute.ch

Association

Vivre Son Deuil Suisse

case postale 98 - 1350 Orbe
avsds@bluewin.ch
secrétariat : 024 534 08 74

Permanence téléphonique
pour personnes en deuil:
079 412 39 63
pour personnes en deuil d'animaux :
Tél : 078 898 83 11
Fax: 024 441 81 72

VOS ANNONCES PUBLICITAIRES
PRATICIENS, ASSOCIATIONS, FORMATIONS
STAGES ET SEMINAIRES

Votre annonce : Fr.100.- par année

*Accompagnement
des personnes en fin de vie
et des endeuillés*

Pour tout renseignement sur les cours

IRFAP - case postale 98 - 1350 Orbe

Tél: 024 441 83 89

Fax: 024 441 81 72

Formation - Transformation

propose des cours, sessions, ateliers, voyages de ressourcement dans le domaine de la promotion de la santé et du développement personnel.
N'hésitez pas à contacter notre équipe

Rosette Poletti, Barbara Dobbs,
Denise Paratte, Louise Malacket

La Fin du Village - 1338 Ballaigues
Tél: 021 843 38 28 - Fax: 021 843 39 11

ftransform@freesurf.ch
www.formationtransformation.ch

ARPRA

Association Romande de Praticiennes(iens) en Relation d'Aide (ARPRA) est en mesure de vous accueillir et d'être à votre écoute pour faire face à des situations et à des moments difficiles de votre vie.

Pour tout renseignement :
Denise Paratte, sec. ARPRA
2, Av. de Frontenex - 1207 Genève
Prof: 021 843 38 28 - Fax: 021 843 39 11
courriel: arprasec@hotmail.com

MARC BIGLIARDI

Conseiller psychologique
avec l'Analyse Transactionnelle

Centre thérapeutique
Route de l'Etraz 48
1260 Nyon 076 399 47 28
www.centretherapeutiquenyon.com



Le prof

Cours informatique, dépannage, installation
internet, ADSL

Cours privés d'informatique
à domicile et en entreprise

Le prof - case postale 980
1001 Lausanne
079 220 62 14
info@leprof.ch
www.leprof.ch

Doc. Office Services S.A.

Créé par Richard Beswick en 1993 et depuis,
nous n'avons jamais cessé d'évoluer
afin de mieux vous servir

Photocopieuses, imprimantes, consommables...

Doc.Office Services SA
agent officiel Xerox
Zl. Le Trési 6B
1028 Préverenges VD
Tél: 021 811 55 88 Fax: 021 811 55 89
info@docoffice.ch www.docoffice.ch