

# BON À SAVOIR

Service  
juridique  
gratuit

① 021 310 18 20

## CANCER DU SEIN

*Qui paie la  
reconstruction  
mammaire?*

9

## ALIMENTATION

*Quid des OGM  
dans nos assiettes?*

21

## VOYAGES

*Les pièges de la  
location de voitures*

27

## RÉPARATIONS

*Refus de livrer les  
pièces détachées*

29

### Nos tests

- Grils à gaz
- Huiles d'olive
- Mousses fixantes
- Lingettes humides

WortraitMediaMicro\_1

DOSSIER page 13

# Piscines privées: un vrai bouillon de culture



9 771424 663003

06



**Assurance vie**

# Partenaire de vos projets de vie

Dans le domaine des assurances de rentes et de capitaux, il y a chez Retraites Populaires une véritable équipe proche de vous, qui s'engage pour que vos objectifs les plus chers se réalisent. Vous soutenir et vous conseiller dans vos projets de vie, voilà ce qui nous tient vraiment à cœur.

**Contactez-nous pour en savoir plus  
ou consultez [www.retraitespopulaires.ch](http://www.retraitespopulaires.ch)**

Votre avenir, notre mission.



**Retraites  
Populaires**



9



10



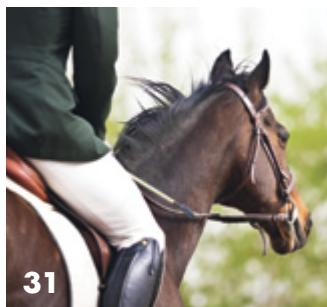
17



23



29



31

## Sommaire

### ENQUÊTES

- 9 Reconstruction mammaire**  
Un combat de longue haleine
- 10 Service public**  
L'argument fallacieux des salaires
- 13 Hygiène**  
Pas ragoûtantes, les piscines privées
- 16 Diététique**  
Les pâtes de konjac pas si top
- 17 Alimentation**  
Pas facile d'être végétarien
- 21 Fructose**  
Des effets pervers sur la santé
- 22 Assurances**  
Gare aux courtiers voyous!
- 23 Alimentation**  
Peu d'OGM dans nos assiettes
- 27 Voyages**  
Les affres de la location de voitures
- 28 Santé**  
La vérité sur les vêtements anti-UV
- 29 Réparations**  
Embargo sur les pièces détachées

### RUBRIQUES RÉGULIÈRES

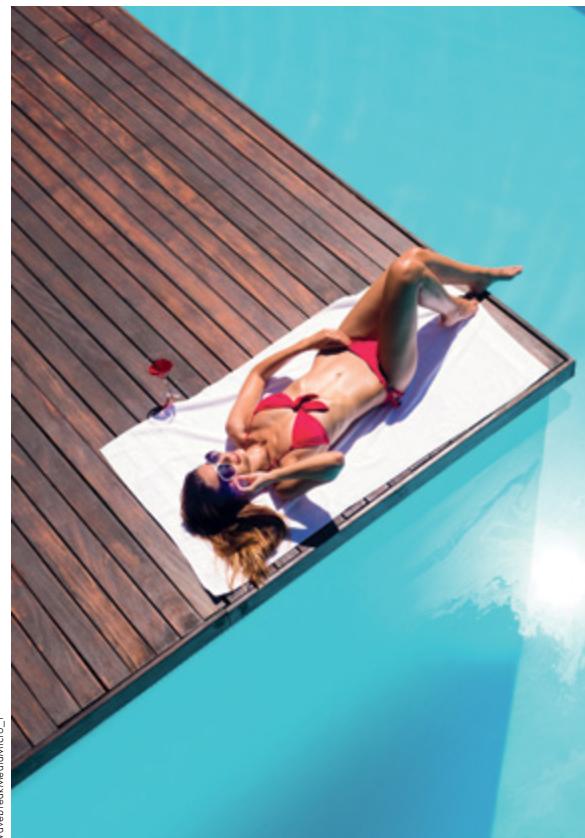
- 5 En bref**
- 8 De qui se moque-t-on? / Chapeau!**
- 20 En bref**
- 30 Kiosque conso**
- 30, 31 En bref**
- 31 Le juge a dit**
- 33 Conseils juridiques**
- 37 Vu pour vous**
- 38 Courrier des lecteurs**
- 39 Sur le web**

### TESTS

- 6 Grils à gaz**  
Un seul modèle «très bon»
- 18 Huiles d'olive**  
Trop de résidus inadmissibles
- 24 Mousse fixantes**  
Efficaces et peu polluées
- 34 Lingettes humides**  
Parfois irritantes, souvent inutiles

### EN UNE

- 13 Piscines privées**  
Une vrai bouillon de culture



**Impressum****Service abonnements**

CP 240, 1001 Lausanne  
④ 021 310 01 37  
Fax 021 310 01 39  
E-mail: [abo@bonasavoir.ch](mailto:abo@bonasavoir.ch)

**Abonnement**

11 numéros: 35.50 fr.  
22 numéros: 66 fr.  
Vente en kiosque: 4.50 fr.

**Directrice, rédactrice en chef**

Zeynep Ersan Berdoz

**Rédacteur en chef adjoint**

Yves-Noël Grin

**Rédaction**

Vincent Cherpillod  
Loïc Delacour  
Martine Dutruit  
Chantal Guyon  
Claire Houriet Rime  
Sébastien Sautebin  
Bernard Utz

**Ont collaboré à ce numéro**

Jonas Arnold  
José Crespo  
Camille Degott  
Martine Dutruit  
Doris Favre  
Fiami  
Christophe Inaenbit  
Markus Fehlmann  
Christian Koutecky  
Andreas Schildknecht  
Dominique Schütz  
Tschopp

**Mise en pages**

Noémie Arrigo

**Correction**

Christiane Droz

**Permanence juridique**

④ 021 310 18 20  
Tous les jours de  
9 h à 11 h et de 13 h à 15 h  
Silvia Diaz  
Kim Vallon  
Barbara Venditti  
**Secrétariat de rédaction**  
Av. de la Rasude 2  
CP 150, 1001 Lausanne  
④ 021 310 01 36  
Tous les jours de 8 h à 18 h (17 h vendredi)  
Fax 021 310 01 39  
[www.bonasavoir.ch](http://www.bonasavoir.ch)  
E-mail: [info@bonasavoir.ch](mailto:info@bonasavoir.ch)

**Marketing**

Armelle Colangelo  
[armelle.colangelo@bonasavoir.ch](mailto:armelle.colangelo@bonasavoir.ch)

**Publicité**

Ki Média S.à r.l.  
CP 150, 1001 Lausanne  
④ 021 310 18 21  
[roger.grossmann@kimedia.ch](mailto:roger.grossmann@kimedia.ch)  
CP 75, 8024 Zurich  
④ 044 253 83 53  
[anzeigen@kimedia.ch](mailto:anzeigen@kimedia.ch)

**Imprimerie**

Swissprinters AG,  
4800 Zofingen  
Imprimé en Suisse, sur du papier  
labelisé FSC (CO 21036) et  
emballé dans un film en  
polyéthylène non polluant.

**Editeur**

Editions Plus S.à r.l.  
CP 150, 1001 Lausanne

**Lectorat**

401 000 (MACH Basic 2016-1)

© Reproduction autorisée uniquement avec  
l'accord écrit de l'éditeur, tout comme l'utilisation  
de nos tests et articles à titre publicitaire.

**Editorial**

# «Frankenfish» viendra-t-il au pays de Heidi?



**O**n le redoute depuis des années... *Frankenfish*, ou *saumonstre*, est aujourd'hui bien réel. Il est le premier animal au patrimoine génétique modifié autorisé à entrer dans la chaîne de consommation humaine. Malgré de vives oppositions, il est remonté jusque dans les assiettes des consommateurs américains...

En Europe, pour l'heure, pas de trace de ce saumon de l'Atlantique auquel des gènes d'un saumon royal du Pacifique ont été injectés pour le faire grossir plus vite.

Mais jusqu'à quand ce poisson transgénique, plus résistant et moins gourmand, échappera-t-il au circuit alimentaire européen?

C'est l'une des très nombreuses questions sous-jacentes à l'accord de libre-échange transatlantique (TTIP/Tafta), actuellement au menu des négociations entre les Etats-Unis et l'Union européenne. On le sait, ces deux continents ont une approche et une tradition radicalement différente de l'alimentation. Or, cet accord n'a aucune visée culturelle ou identitaire, il est avant tout économique et s'étend à de très nombreux domaines. L'objectif est de libéraliser au maximum le commerce entre les deux rives de l'Atlantique par une réduction des droits de douane, mais, surtout, une levée des différentes réglementations qui empêchent aujourd'hui les Etats-Unis et l'Europe d'échanger librement leurs produits. Parmi elles, citons le refus européen d'autoriser la culture d'organismes génétiquement modifiés. De leur côté, les Américains sont beaucoup plus souples. Ils n'appliquent pas le principe de précaution et préfèrent interdire par la suite... Autrement dit: ils privilient les intérêts de l'économie au détriment de la biodiversité et de la santé des consommateurs.

Sur ce dossier, la Suisse regarde, une fois de plus, le train passer, puisqu'elle n'est évidemment pas invitée à la table des négociations. Alors que notre législation est aujourd'hui plus stricte que l'europeenne (*lire page 23*), elle s'aligne progressivement pour des raisons commerciales évidentes.

Frankenfish junior remontera-t-il les rivières jusqu'au pays de Heidi? Le dossier est à suivre ces prochains mois...

**Zeynep Ersan Berdoz**

**Directrice, rédactrice en chef**



## La leucose, ça suffit!

Dans notre tableau comparatif du prix des vétérinaires («Des tarifs pas toujours muselés, B&S 3/2016»), nous avions relevé le prix du test de détection combiné de la leucose féline (FeLV) et de l'immunodéficience féline (FIV), parfois appelée «sida du chat». Car ces dépistages sont parfois réalisés conjointement et avec le même matériel. Or, selon le vétérinaire Alain Berger, il est possible – et même courant – de pratiquer le test de détection de la leucose seul, par exemple avant de vacciner l'animal contre celle-ci.

Le dépistage de l'immunodéficience féline, lui, ne devrait être proposé que lorsqu'un chat présente les symptômes spécifiques de la maladie, s'il s'agit d'un mâle reproducteur, avant un placement en pension ou encore lorsqu'on recueille un chat errant dont l'état de santé est incertain. Dans les autres cas de figure, on veillera à demander à son vétérinaire de se limiter à la détection de la leucose, qui coûte souvent moins de 50 fr. vic



fotofoto33\_f

fotofoto33\_z

## DEUX-ROUES, ZÉRO AUTORISATION

Les hoverboards sont de plus en plus visibles dans nos rues, mais peut-être pas pour très longtemps. Car ces engins, surtout appréciés par les plus jeunes, ne peuvent être utilisés que de manière très restreinte. Les véhicules électriques ne sont, en effet, pas autorisés à circuler sur les trottoirs, à l'exception des chaises rou-

lantes. Mais, comme aucun modèle d'hoverboard n'est homologué, ils ne peuvent pas non plus rouler sur la chaussée. Et, même si c'était le cas, l'âge minimum pour la conduite est de 16 ans (ou 14 ans avec un permis M ou G). Hélas, toutes ces restrictions ne sont souvent pas précisées par les vendeurs dans les magasins. bu

## PLANTES À RISQUES

En infusion ou en sirop, les plantes sont un délice pour petits et grands. Or, naturellement, ce n'est pas sans risques. Le danger n'existe qu'en cas de surconsommation et dans le long terme, mais il faut rester prudent avec les herbes aromatiques et médicinales, explique Sandy Menoux de l'Herboristerie Jardin des Monts à Rossinière. Les menthes poivrée et verte sont trop fortes pour les petits enfants. Chez les femmes enceintes ou allaitantes, elle peut diminuer l'absorption du fer. Connue pour ses propriétés diurétiques, la bouleau ne leur est pas recommandé non plus. L'achillée, la sauge, l'hysope et le framboisier devront être laissés de côté durant la grossesse. Quant aux personnes sensibles, elles préféreront le thym citronné au thym serpolet. Rino Cassano, dragueur au magasin lausannois L'Herboriste rappelle que certaines plantes sont destinées à un usage thérapeutique, surtout lorsqu'elles sont consommées en cure. Ainsi, il est indispensable de demander conseil à un spécialiste. Les amateurs devront être attentifs aux interactions avec la prise de médicaments et alterner les mélanges. cade



exclusivite-des-jardins\_

## ETERNIT SANS AMIANTE

Pour créer un petit jardin d'herbes aromatiques sur son balcon, une lectrice se voit conseiller, dans un magasin Jumbo, un bac à fleurs en Eternit. «Ne s'agit-il pas d'un autre mot pour l'amiante, qui est interdite?» se demande-t-elle. Le matériau Eternit a, pendant longtemps, été fabriqué avec un mélange de fibre d'amiante et de ciment. Pourtant, depuis le début des années 1990, il n'en contient plus.

Pas de danger, donc, avec les jardinières et les meubles de jardin vendus aujourd'hui. En bon état, les anciens objets élaborés à partir de cette matière ne représentent pas de danger. En revanche, s'ils sont endommagés, de la poussière nocive peut s'en échapper. Pour s'en débarrasser, il faut contacter sa déchetterie communale. Certaines d'entre elles distribuent des sacs plastiques transparents à cet usage. bu



# Un barbecue sans griller trop d'argent

**GRILS À GAZ** Investir 100 fr. suffit à doré sa viande convenablement. Il faut toutefois débourser quatre fois plus pour un modèle exemplaire en tous points. Et gare aux brûlures avec certains d'entre eux!

Andreas Schildknecht / vic

**L**es inconditionnels du charbon font la moue devant les grills à gaz. Qui ont pourtant des avantages: ils ne produisent ni étincelles ni cendres, et il suffit de presser sur un bouton pour obtenir, en moins de dix minutes, une chaleur supérieure à 200° C. Mais sont-ils aussi efficaces qu'une bonne braise pour réussir ses grillades? Sont-ils aussi pratiques et sûrs qu'ils en ont l'air? Nous en avons «cuisiné» douze parmi les plus vendus, tous d'une valeur inférieure à 500 fr. et dotés d'un à trois brûleurs horizontaux.

Le laboratoire que nous avons mandaté pour mener l'enquête a relevé plusieurs différences importantes entre les modèles, notamment en termes de répartition de la température et de qualité des matériaux, deux facteurs essentiels pour réussir une cuisson uniforme. Le couvercle du barbecue, par exemple, influe grandement sur la distribution de la chaleur.

Les deux petits grills du fabricant Weber et l'imposant Woody LX de Campingaz sont les trois modèles les plus efficaces, mais ils coûtent tous plus de 300 fr. Ils chauffent

rapidement, délivrent une température uniforme et s'en sortent bien avec les cuissons simultanées. Ils sont toutefois suivis de près par quatre modèles nettement moins chers (*voir tableau*). L'El Chango 2 de Coop chauffe tout aussi vite que les meilleurs et obtient la note parfaite pour la répartition de la température. En revanche, on risque de se brûler les doigts dans divers endroits, tout comme sur le Best Price Expert Classic de Campingaz. Tous les deux écopent d'une note insuffisante sur ce point. Même sanction pour le Spacy II vendu chez Landi, mais pour



Nos tests et comparatifs partout et en tout temps:  
**téléchargez l'application**  
«Les tests de Bon à Savoir»

- De 5.5 à 6.0 pts = Très bon ☀+⊕+
- De 4.8 à 5.4 pts = Bon ⊕⊕
- De 4.0 à 4.7 pts = Satisfaisant ⊕
- De 2.5 à 3.9 pts = Insatisfaisant ⊖
- Moins de 2.5 pts = Mauvais ⊖⊖

## MARQUE

Désignation	
Acheté chez	
Prix payé	
Nombre de brûleurs	
→ <b>Efficacité</b> 55% <sup>(1)</sup>	
Test pratique	50% <sup>(2)</sup>
Répartition de la température	35% <sup>(2)</sup>
Rapidité de chauffe	15% <sup>(2)</sup>
→ <b>Sécurité</b> 30% <sup>(1)</sup>	
Risque de brûlure	60% <sup>(2)</sup>
Fuites de gaz	30% <sup>(2)</sup>
Risque de basculement	10% <sup>(2)</sup>
→ <b>Maniement</b> 10% <sup>(1)</sup>	
→ <b>Finition et corrosion</b> 5% <sup>(1)</sup>	

## NOTE FINALE ET APPRÉCIATION



WEBER	WEBER	CAMPINGAZ	FUST PRIMOTECQ	BARBECUE GRILL CLUB
Q2000 Station Titan plus <sup>(3)</sup>	Q1200 Stand Granite Grey	Woody LX	BBQ 100	Spacy II
Nettoshop.ch <sup>[7, 8, 9]</sup> 449.80 fr.	Nettoshop.ch <sup>[7, 8, 10, 13]</sup> 379.00 fr.	Coop Brico+Loisirs <sup>[8, 11, 12]</sup> 499.00 fr.	Fust	Landi 199.00 fr.
1 <b>5.6</b>	1 <b>5.5</b>	3 <b>5.3</b>	2 <b>5.1</b>	2 <b>5.0</b>
5.3 6.0 5.6 <b>5.5</b>	5.1 6.0 5.7 <b>5.4</b>	5.1 5.6 5.0 <b>5.6</b>	4.7 5.6 5.4 <b>5.1</b>	5.1 5.2 3.9 <b>5.6</b>
5.3 6.0 5.6 <b>5.4</b>	5.1 6.0 5.6 <b>5.3</b>	5.8 5.2 6.0 <b>5.5</b>	5.4 4.4 5.2 <b>4.6</b>	5.4 6.0 5.6 <b>4.1<sup>(4)</sup></b>
5.4 <b>5.5</b>	5.4	5.6 <b>5.5</b>	5.4 <b>5.6</b>	<b>5.6</b>

Lorsque la note est identique, classement selon le prix.

<sup>(1)</sup> Pondération pour la note finale.

<sup>(2)</sup> Pondération interne au critère.

<sup>(3)</sup> Modèle épuisé. Successeur: Q2200.

<sup>(4)</sup> Déduction de 0.5

Egalement disponible chez: <sup>(6)</sup> Coop Brico+Loisirs; <sup>(7)</sup> Fust; <sup>(8)</sup> Galaxus.ch; <sup>(9)</sup> Hornbach; <sup>(10)</sup> Jumbo; <sup>(11)</sup> Mediamarkt.ch; <sup>(12)</sup> Microspot.ch; <sup>(13)</sup> Migros Do it + Garden; <sup>(14)</sup> Nettoshop.ch.

une autre raison: la lenteur de la montée en température.

### BRONZAGE INÉGAL

En grillant simultanément de grosses saucisses et des steaks (*lire encadré «Les critères du test»*), il est plus difficile d'arriver à un résultat satisfaisant avec les modèles *Dallas 3B* et *Sunny 2B* de Sunset BBQ et surtout le *Dony* de Barbecue Grill Club: la coloration des aliments était irrégulière, de brune à noire. Quant à la note ric-rac (4.0) obtenue par le *Leon 570 G* au test pratique, elle a convaincu Outdoorchef de changer les conseils qu'elle intègre dans son mode d'emploi: «Il s'agit d'un modèle particulier. S'il est possible d'y griller la viande de manière directe, sa force réside dans la cuisson indirecte, qui nécessite une approche différente pour obtenir une bonne répartition de la chaleur», avance son fabricant. Dans le premier cas (*lire plus bas*), il conseille de cuire d'abord les grosses pièces de viande au centre des deux côtés, puis de placer les saucisses sur les bords.

Fust envisage tout au plus d'améliorer l'étiquetage du régulateur de gaz du *BBQ 100*, modèle le mieux classé parmi ceux qui coûtent moins de 100 fr. Landi, de son côté, entend examiner les résultats de notre test avec son fournisseur. Pour Migros, si

le temps de chauffe sur son modèle *Dallas 3B* est plus long que chez la concurrence (à une exception près), c'est en raison du plateau et de la grille en fonte qui, en contrepartie, gardent la chaleur plus longtemps. Quant à Campingaz, il signale que la température de la poignée est maîtrisée, mais pas celle du couvercle – d'où la note insuffisante du *Best Price Expert Classic* au critère du risque de brûlure.

### DEUX GENRES DE CUISSON POSSIBLES

A noter qu'il est possible, avec les modèles équipés d'un couvercle et d'au moins deux brûleurs, de choisir entre une cuisson directe ou indirecte. Dans le premier cas, on place les aliments à griller directement sur le brûleur et on laisse le couvercle ouvert. Une chaleur de 220 à 300° C cuite la viande par le dessous. Celle-ci doit donc être retournée. Résultat: une viande grillée à l'extérieur et juteuse à l'intérieur. Mais on peut aussi opter pour la méthode indirecte en fermant le couvercle et en n'allumant qu'un brûleur. La diffusion inégale de la chaleur provoque une circulation d'air semblable à celle d'un four à chaleur tournante, et la viande n'a plus besoin d'être tournée. Les barbecues en forme de boule sont particulièrement bien adaptés à ce mode de cuisson.

En détail

## Les critères du test

Nous avons confié les grills à gaz au Laboratoire IPI de Stuttgart (D), qui a conduit des tests techniques, pratiques et de sécurité. Des saucisses d'un même lot et des steaks de porc découpés de manière uniforme par un boucher ont été grillés. L'accent a été mis sur les points suivants.

### → Examen technique

L'appareil chauffe-t-il rapidement? Les surfaces de cuisson sont-elles uniformément chaudes? Une température constante est-elle maintenue? Les experts ont également contrôlé l'échauffement des poignées et du couvercle des barbecues. Toutes ces températures ont été relevées pendant une heure et contrôlées au moyen d'une caméra infrarouge. Pour contrôler leur résistance à la corrosion, tous les modèles ont, ensuite, été aspergés avec une solution saline et stockés pendant 48 heures dans une chambre climatique. L'étanchéité et le montage des raccordements de gaz ont également été passés à la loupe, sans qu'on y relève de dysfonctionnements.

### → Examen pratique

Cinq grandes saucisses, cinq petites et trois steaks de porc ont été placés sur la surface de cuisson, puis retournés toutes les trois minutes, sur la base des recommandations des fabricants. Les experts ont appliqué ce protocole jusqu'à ce qu'une température suffisante soit atteinte. Ils ont ensuite noté la régularité du brunissement et le degré de cuisson.

Enfin, le maniement des appareils ainsi que la qualité de la construction et des finitions, ont également été passés en revue.



COOP PRIX GARANTIE	CAMPINGAZ	KÖNIG	BARBECUE GRILL CLUB	SUNSET BBQ	OUTDOORCHEF	SUNSET BBQ
El Chango 2	Best Price Expert Classic	Compact Pro	Dony	Dallas 3B	Leon 570 G	Sunny 2B
Coop Brico+Loisirs 99.90 fr.	Jumbo 99.00 fr.	Galaxus.ch <sup>(6, 7, 10, 12, 14)</sup> 340.00 fr.	Landi 229.00 fr.	Migros Do it + Garden 399.00 fr.	Galaxus.ch <sup>(7, 10, 11, 14)</sup> 353.00 fr.	Migros Do it + Garden 199.00 fr.
2 <b>5.4</b>	2 <b>5.2</b>	2 <b>5.0</b>	1 <b>4.4</b>	3 <b>4.0</b>	1 <b>4.1</b>	2 <b>4.0</b>
4.8	4.8	4.5	2.8	3.9	4.0	3.6
6.0	5.6	5.6	6.0	4.0	4.0	4.0
5.7 <b>4.5</b>	5.7 <b>4.5</b>	5.3 <b>5.0</b>	5.9 <b>5.3</b>	4.6 <b>5.7</b>	4.9 <b>5.2</b>	5.0 <b>4.9</b>
3.8	3.8	4.8	5.3	5.8	4.9	4.9
5.6	5.6	5.2	5.2	5.6	5.6	4.8
5.2 <b>4.2</b>	5.2 <b>4.4</b>	5.2 <b>4.6</b>	6.0 <b>4.2</b>	5.6 <b>5.0</b>	6.0 <b>4.4</b>	5.2 <b>4.8</b>
<b>5.6</b>	<b>5.6</b>	<b>4.6</b>	<b>5.2</b>	<b>5.4</b>	<b>5.6</b>	<b>3.9<sup>(5)</sup></b>
<b>5.0</b>	<b>4.9</b>	<b>4.9</b>	<b>4.7</b>	<b>4.7</b>	<b>4.5</b>	<b>4.3</b>

Dominique Schatz

point pour notice de montage peu claire.

<sup>(5)</sup> Déduction de 0.5 point, car des trous doivent être percés.

Test réalisé en partenariat avec K-Tipp

## CHAPEAU!

### QUALIPET SAIT TENDRE L'OREILLE

Marilyne Käslin de Corgémont (BE) et son chien *Balou* adorent les oreilles de bœuf, surtout quand elles sont grandes et peu odorantes. Lorsque notre lectrice renouvelle sa commande à la filiale Qualipet du Centre Bahnhof de Biel, c'est la déception la plus totale: les oreilles sont minuscules et puantes. Renseignements pris auprès de Qualipet, la marchandise provient de deux fournisseurs différents. Ce qui n'empêche pas le magasin d'être sensible à la déconvenue de notre lectrice: il accepte de reprendre le paquet déjà entamé et de lui en renvoyer un autre gratuitement.

### SOUS L'AILE D'EASYJET

Béatrice et Prosper Zufferey, de Vissoie (VS), devaient partir en Bretagne avec easyJet. Quelques jours avant le départ, la mère de Prosper décède. L'employé de la compa-

gnie low cost se montre compréhensif. Il présente ses condoléances et promet de s'occuper de tout. Il suffira à nos lecteurs d'envoyer quelques documents pour être remboursés intégralement dans les 15 jours.

### TISSOT RÉPARE SANS HEURT

Pour ses 18 ans, Rachel Gachet reçoit une montre Tissot de la part de ses parents, Laurence et Christopher Gachet, de Grand-Lancy (GE). Deux ans et demi après l'achat, le bel objet ne fonctionne plus. Or, il n'est, à quelques mois près, plus sous garantie. La marque horlogère accepte néanmoins de prendre à sa charge la moitié des frais de réparation. L'année suivante, c'est le cadran de la date qui montre des signes de faiblesse. Le fabricant fait alors un service complet, remplace le cadran et le bracelet en cuir. Tout cela aux frais de la princesse. *cade*

## DE QUI SE MOQUE-T-ON?

### CLÉ À 450 FR. POUR VOITURE À 1000 BALLES

Cédric Pasche de Châtel-St-Denis (FR) possède une Mercedes A140, vieille de 10 ans. Sans raison apparente, la télécommande de sa clé de voiture refuse soudainement tout service. Il se rend à la succursale de la marque, à Bulle, où il apprend qu'il est impossible de la reprogrammer. Le voilà donc contraint d'en racheter une nouvelle au prix de... 451.45 fr. «Cela fait cher l'accessoire, pour une voiture qui en vaut à peine le double», s'insurge le Châtelois. Pour Artur Demirci, responsable de la communication chez Mercedes-Benz, il est impossible qu'une clé se déprogramme toute seule, sauf si elle a un défaut. Mais, selon lui, il n'est pas «étonnant» qu'un problème survienne notamment à la suite d'une longue utilisation. Il rajoute que les télécommandes ne peuvent être reprogrammées chez le concessionnaire pour des raisons de sécurité: «Commander une nouvelle clé est la seule solution pour garantir à 100% la sécurité antivol.» Quant au tarif des pièces détachées, Mercedes-Benz dit faire des «recommandations» à ses concessionnaires qui ont la liberté de le fixer comme ils l'entendent. Toujours est-il que le client n'a d'autre choix que de racheter, au prix fort, une clé simplement déprogrammée. *cade*

Publicité

# LA CARTE DE CRÉDIT GRATUITE.

## LA CUMULUS-MASTERCARD SANS COTISATION ANNUELLE:

- Pas de cotisation annuelle, ni les années suivantes
- Carte gratuite pour votre partenaire
- Collecte de points Cumulus dans le monde entier

**CUMULUS 3000 POINTS**

Commandez votre carte jusqu'au 30.6.2016 et recevez 3000 points de bonus! Pour ce faire, remplissez dûment le formulaire en ligne sur [cumulus-mastercard.ch](http://cumulus-mastercard.ch) ou demandez-le au 044 439 40 27 ou dans votre magasin Migros.

L'émettrice de la Cumulus-MasterCard est Cembra Money Bank SA.

**MasterCard**

**MIGROS**  
M comme Meilleur.

# Cancer du sein: un combat de longue haleine

**RECONSTRUCTION MAMMAIRE** Après l'ablation d'une tumeur, la route est longue avant la prise en charge des frais de chirurgie réparatrice.

Claire Houriet Rime

**M**yriam Müller venait de souffler 35 bougies quand elle a subi, en janvier 2005, une ablation partielle du sein gauche. «Il ne restait qu'un moignon et je me sentais mutilée.» Notre lectrice tient à témoigner de son combat juridique pour être remboursée par l'assurance maladie: «J'aimerais que les femmes qui passent par là connaissent leurs droits.»

En 2010, la maladie est vaincue et la patiente trouve la force de repasser sur la table d'opération pour la pose d'un implant. Le médecin corrige aussi le sein droit par souci de symétrie (*lire encadré*). Le résultat est malheureusement catastrophique. Rétractation de l'implant, réaction inflammatoire, volume des seins inégal: la poitrine est encore difforme.

En 2012, un autre chirurgien propose de réparer les dégâts en recourant à une nouvelle technique, le lipofilling. Elle consiste à prélever de la graisse sur le corps de la patiente pour la réinjecter dans le sein traité. Il faudra encore intervenir à droite pour parvenir à un résultat harmonieux.

## TECHNIQUE CONTESTÉE

Mais les progrès de la médecine vont plus vite que les lois. Intras, du groupe CSS, refuse de rembourser l'opération. «La greffe de graisse n'est pas une technique suffisamment validée pour être prise en charge. Quant à la correction du côté droit, il s'agit d'un traitement esthétique. Or, l'assurance maladie ne va pas jusqu'à la correction de la silhouette.» L'assureur soupçonne, en d'autres mots, l'assurée de se faire refaire la poitrine à bon compte. Myriam Müller s'en remet alors à sa pro-

tection juridique qui fait opposition, arguant que le lipofilling est devenu une pratique courante. L'opération du sein droit est, en outre, indispensable pour corriger une asymétrie flagrante. Et c'est la victoire d'étape: Intras accepte, en 2012, de rembourser l'intervention à droite. Elle n'entre cependant pas en matière pour le remodelage à gauche, au motif que les prestations de l'assurance maladie doivent être «efficaces, appropriées et économiques». Or, la greffe de graisse n'est pas une technique établie, d'autant que la patiente est en «quête de perfection», martèle l'assureur.

Cette dernière ne s'avoue pas vaincue et fait recours. «Le médecin-conseil mandaté par l'assurance maladie n'est pas un spécialiste, fait notamment valoir Flore Primault, avocate à Lausanne. Intras s'est en outre discréditée en refusant d'abord de rembourser l'intervention sur le côté droit, en violation de la jurisprudence.»

## PRISE EN CHARGE TOTALE

L'opération a lieu en 2013. En juillet 2014, le Tribunal cantonal fribourgeois renvoie l'assureur à sa copie et lui intime d'en référer à un véritable expert. La réponse tombe en février 2016 seulement: l'intervention sera intégralement prise en charge. «En l'absence d'indications légales claires, chaque cas sera désormais examiné pour déterminer la pertinence du lipofilling», explique Nina Mayer, porte-parole du groupe CSS, en insistant sur l'importance de consulter son assureur avant l'intervention.

Myriam Müller a, de son côté, retrouvé la sérénité. «On n'oublie jamais un cancer. Mais je n'y pense plus forcément chaque jour.»



Par son témoignage, Myriam Müller espère encourager les femmes à se battre pour que leur reconstruction mammaire soit prise en charge.

## Marathon judiciaire

### Retrouver une apparence normale

Le cancer du sein frappe chaque jour quinze femmes en Suisse, soit 5500 par an. L'ablation totale du sein malade devient toujours plus rare, mais l'intervention reste lourde sur le plan esthétique, sans parler de l'impact psychologique. Or, pour les patientes, la jurisprudence en matière de remboursement reste très restrictive. Il a ainsi fallu attendre 2011 pour que le remboursement d'un implant mammaire soit aussi garanti aux femmes ayant subi une ablation partielle.

En 2012, le Tribunal fédéral a estimé qu'il fallait rembourser l'intervention sur le sein intact pour obtenir une poitrine harmonieuse même si l'organe traité n'est, a priori, pas malade. Une opération nécessaire quand le deuxième sein diffère beaucoup du côté reconstruit. La poitrine doit être considérée dans son ensemble: au-delà de toute considération esthétique, elle doit être équilibrée. Le jugement rendu par la justice fribourgeoise en faveur de notre lectrice est une nouvelle victoire d'étape.

# Pas de baisses de salaire en vue

**COLLABORATEURS** L'initiative «Pro service public» aurait, selon ses opposants, un impact négatif sur les salaires dans les entreprises. Faux: les employés seraient dans tous les cas gagnants.

Christian Koutecky / chr

**E**n demandant que les salaries et les honoraires des collaborateurs de La Poste, des CFF ou de Swisscom ne dépassent pas ceux de l'administration fédérale, l'initiative en faveur du service public vise les dirigeants qui touchent jusqu'à trois fois plus qu'un conseiller fédéral.

Parmi les opposants, on joue sur les mots en arguant que l'ensemble des collaborateurs seraient touchés avec, à la clé, d'importantes réductions de salaire. Selon une étude du bureau de consultants Swiss Economics récemment publiée, quelque 8000 employés verront ainsi leur fiche de paie écornée.

## ÉTUDE ET CONFLIT D'INTÉRÊTS...

Premier constat: l'étude mandatée par les opposants ne date pas d'hier, mais du 3 novembre 2015. Sa publication a été repoussée au

printemps à la seule fin de déstabiliser les citoyens à la veille du scrutin. Autre détail piquant: Matthias Finger, qui fait partie de Swiss Economics, enseigne aussi à l'EPFL. Or, sa chaire est financée chaque année à raison de 650 000 fr. par... La Poste!

Mais venons-en aux faits. Si le Parlement interprète l'exigence de l'initiative de manière large, une grande partie des employés de La Poste, des CFF et de Swisscom seraient gagnants! C'est logique, puisque, en moyenne, l'administration fédérale investit davantage dans les salaires de ses troupes que ces entreprises.

Aux CFF, les 33 000 collaborateurs touchent 4,1 milliards de francs, soit 125 000 fr. en moyenne chacun. Swisscom dépense, bon an mal an, toutes charges sociales incluses, 2,3 milliards pour 21 700 salariés, soit 106 000 fr. par personne. La Poste alloue 4 milliards

à ses 44 200 collaborateurs, soit 91 100 fr. en moyenne à chacun. En comparaison, le budget de l'administration fédérale est de 5,6 milliards pour 35 000 salariés, soit une moyenne de 156 000 fr. par personne.

Conclusion: les employés fédéraux sont mieux rémunérés que celles et ceux qui travaillent dans les anciennes régies. Si on calquait les traitements de ces derniers aux conditions en vigueur dans l'administration, on ne trouverait pas grand monde pour s'en plaindre.

Ce remaniement n'est toutefois pas le but de l'initiative, qui exige seulement que les top managers des entreprises publiques ne gagnent pas davantage qu'un conseiller fédéral. Les montants économisés de la sorte pourraient ainsi être réinvestis pour revaloriser les traitements des employés les moins rémunérés.



José Crespo

## QUAND LES CLIENTS SONT MÉCONTENTS



### GARES FANTÔMES

Le nombre de titres de transport achetés aux guichets baisse constamment selon les CFF. Pas étonnant: les billets dégriffés ne se vendent que sur internet, sans parler du temps passé à attendre dans les gares: le personnel diminue et les files d'attente s'allongent, même si des agents se proposent pour initier les voyageurs aux charmes des automates. Mieux vaut, du reste, apprivoiser ces derniers au plus vite. Sur les 795 gares et arrêts du réseau, 174 seulement sont encore desservis. Sans parler des guichets clos en fin de semaine: 44 gares restent fermées pendant le week-end, 46 le dimanche. Et tant pis pour les passagers occasionnels qui auraient justement besoin d'aide.



### HAUSSES DE PRIX EN CATIMINI

Les entreprises, commandant des codes-barres à La Poste pour affranchir elles-mêmes leurs colis, devront

désormais payer des frais de port. Le géant jaune facture 5 fr. l'envoi des étiquettes imprimées – et cela, alors que ce procédé évite du travail aux employés des guichets! L'introduction de cette taxe s'est faite sans tambour ni trompette, à l'instar de l'augmentation de 10 ct., le 1<sup>er</sup> janvier dernier, sur les envois hors UE. Il faut désormais coller un timbre de 2 fr. au lieu de 1.90 fr. sur les lettres jusqu'à 20 g à destination d'outre-mer...



### IMPITOYABLE, POSTFINANCE

Quand deux numéros de comptes bancaires se ressemblent, une erreur est vite arrivée. C'est le cas de cette administration cantonale dont l'IBAN se confond quasiment avec celui d'un commerce électronique. De nombreux clients virent ainsi de l'argent à la première en voulant régler un achat auprès du second. «PostFinance remboursait jusqu'ici sans histoire ces versements, témoigne un haut fonctionnaire responsable des finances. Nous devons dé-

sormais nous acquitter de 30 fr. par dossier», déplore-t-il. Selon le porte-parole du géant jaune, ce montant compense à peine la prestation fournie. Un service pourtant gratuit ailleurs, la Banque Cantonale de Bâle estimant même incroyable de le facturer.



### BONUS POUR BAVARDS

Cette cliente à qui Swisscom a proposé, par SMS, de renouveler son abonnement pour deux ans est très déçue. Comme elle n'a pas changé d'appareil, sa fidélité a été récompensée par un rabais mensuel de 10 fr. La première facture révèle toutefois un malentendu: le «Loyalty bonus» n'est valable qu'une fois écoulé le crédit de 30 minutes de conversation, ce qui ne lui arrive jamais. Au bout du fil, le collaborateur du Service clients ignore aussi cette subtilité. Impossible, toutefois, de résilier le contrat: Swisscom accorde un rabais mensuel de 10 fr. pendant un semestre en guise d'excuses. «Nous allons vérifier une nouvelle fois les

ue

**«La Poste alloue, en moyenne  
91 000 fr. à chaque collaborateur.  
La Confédération, 125 000 fr.»**



informations reçues par nos collaborateurs à ce sujet et repréciserons, si nécessaire, les caractéristiques exactes du produit», promet le porte-parole Christian Neuhaus.

#### MOINS DE CADEAUX AVEC LE SWISSPASS

Le renouvellement de l'abonnement demi-tarif sans interruption était jusqu'ici récompensé d'un bon de 10 fr. et d'un rabais de 15 fr. sur une carte journalière. Les CFF ont supprimé ces cadeaux en introduisant le Swisspass, l'été dernier, et ont augmenté le prix de l'abonnement à 185 fr. la première année. Quant aux titulaires de l'abonnement général, de petits présents les remerciaient de leur fidélité: agenda papier, bons CFF de 20 fr. (30 fr. en 1<sup>re</sup> classe) ou encore carte journalière d'accompagnement à 30 fr. Seule cette dernière, offerte désormais aux passagers voyageant en 1<sup>re</sup> classe, a survécu. Les bons sont remplacés par une offre promotionnelle pour la coopérative d'autopartage Mobility, qui implique de débourser 190 fr...

Commentaire

## Voter OUI le 5 juin, c'est assurer un vrai service au public

Le 25 avril, le président sortant de La Poste, Peter Hasler, annonce une prochaine «hausse des prix qui ne fera de mal à personne» pour le courrier A. Le 15 mai, son homologue des CFF, Ulrich Gygi, déclare que le coût de l'abonnement général des pendulaires va augmenter. Les opposants à l'initiative «En faveur du service public» sontverts de rage: pourquoi le révéler maintenant? Remarquez: ils ne disent pas que ces hausses sont inadmissibles, ils regrettent juste qu'on ne les cachent pas quelques semaines de plus aux citoyens...

Ces révélations démontrent l'état d'esprit actuel des responsables de nos services publics. Car La Poste, ainsi que les CFF et Swisscom font exactement ce qu'attendent d'eux le Conseil fédéral et le Parlement: dégager des bénéfices pour alimenter la caisse fédérale et celle des actionnaires. Or, pour atteindre cet objectif, la meilleure formule consiste à augmenter les prix et à limiter les prestations, ce qu'ils ne se gênent pas de faire. Et tant pis pour le consommateur, qui doit, lui, payer toujours plus cher un service toujours plus restreint. Telle est d'ailleurs la recette qui a été appliquée dans les pays qui nous entourent et dont le service public s'est fortement dégradé.

Au lieu de verser une partie des bénéfices à la caisse fédérale, l'initiative demande qu'ils soient réinvestis dans l'entreprise qui les a générés, afin de proposer des prestations de base à toutes les catégories de la population, dans

toutes les régions du pays, et ce à un prix abordable. Ils doivent non seulement permettre de maintenir et d'améliorer les prestations actuelles, mais aussi de développer de nouvelles solutions permettant de suivre l'évolution des besoins du consommateur. Or, aujourd'hui, ces bénéfices alimentent le budget fédéral: il s'agit donc d'un impôt déguisé, qui échappe au droit de référendum, qui n'est pas progressif et dont l'utilisation manque totalement de transparence. L'initiative n'implique, en elle-même, pas de hausse d'impôts, puisque les subventions fédérales diminueront proportionnellement.

En limitant enfin le salaire des top managers, l'initiative souhaite donner un signal fort. C'est vrai: les



Martine Dufuit

dirigeants qui cherchent avant tout à dégager des bénéfices en taillant dans les effectifs et les prestations coûtent cher. Mais ce n'est pas d'eux dont la Suisse a besoin! Nous voulons, au contraire, des personnalités qui gèrent leur entreprise en pensant avant tout au service public. Nous estimons donc qu'aucun cadre ne devrait toucher plus qu'un conseiller fédéral, ce qui correspond déjà à un salaire annuel de 475 000 fr.

En votant «OUI» ce 5 juin à l'initiative «En faveur du service public», les citoyens vont permettre aux entreprises du service public de rester réellement au service du public!

Zeynep Ersan Berdoz



# mini one

Dépenser encore moins et profiter plus.

**NOUVEAU:**



**Fr. 19.-/mois**

Inclus:

- 500 Mo de données sur le meilleur réseau\*
- 50 minutes de conversation téléphonique\*\*
- 50 SMS depuis la Suisse vers le monde entier

50 min,  
CH/UE/USA  
incl.\*\*

## M-Budget Mobile Mini One, l'abonnement sans appareil.

Aucune durée contractuelle minimale, excepté les frais d'activation de Fr. 40.-.

\*Meilleur réseau de Suisse, vainqueur du test Connect, selon le test sur les réseaux mobiles 1/2016.

\*\*Valable pour les appels depuis la Suisse vers tous les réseaux fixes et mobiles en Suisse, ainsi que vers les réseaux fixes en Europe et aux Etats-Unis (groupe de pays 1–3); les numéros business, courts et à valeur ajoutée sont exclus dans tous les cas.

[www.m-budget-mobile.ch/minione](http://www.m-budget-mobile.ch/minione)

Les produits M-Budget sont en vente chez:



# Piscines privées: souvent improches à la baignade!

**HYGIÈNE** La majorité des bassins privés analysés contenait trop de germes ou trop de chlore. La clé d'un bon entretien est la régularité. *Bernard Utz*

**D**isposer de sa propre piscine est un luxe qui se démocratise. Mais encore faut-il l'exploiter avec soin pour que la baignade ne vire pas au bouillon de culture. Car, contrairement aux installations publiques, aucun organe de contrôle ne vient vérifier la qualité de l'eau. En par-

nariat avec l'émission *On en Parle* (RTS-La Première), nous avons voulu découvrir si les Romands se baignent dans de bonnes conditions d'hygiène. Pour ce faire, nous avons prélevé, à la fin de l'été passé, quinze échantillons d'eau chez des propriétaires choisis aléatoirement. Nous avons confié

ces prélèvements au chimiste cantonal de Genève, Patrick Edder, qui a fait une analyse microbiologique et nous a aidés à interpréter les résultats.

Notre coup de sonde est sans appel: peu de piscines privées sont correctement entretenues: deux sur quinze! Neuf ont tout simple-

ment été jugées improches à la baignade, tandis que quatre n'étaient pas suffisamment traitées.

## SIX BASSINS REMPLIS DE GERMES

Sur les neuf échantillons incriminés, six l'étaient en raison d'une surabondance de germes aérobie mésophiles (GAM). Alors que la limite dans les établissements publics est fixée à 1000 UFC (Unité formant une colonie) par 100 ml, les six en contenaient plus de 3000. Un bassin dépassait même les 12 000 UFC/100 ml! Ces bactéries ne sont, heureusement, pas pathogènes et ne représentent pas un danger pour la santé. Mais leur présence excessive indique un traitement insuffisant. D'ailleurs, trois des six échantillons étaient contaminés par d'autres micro-organismes plus problématiques.

Dans deux piscines, des colonies de pseudomonas ont été décelées. Ces germes, très résistants, sont particulièrement néfastes pour les voies respiratoires et les oreilles, où ils peuvent causer des infections. Quand ils sont nombreux, ils forment parfois des bio-films contre les parois du bassin. Pour s'en débarrasser, il faut sortir l'épuisette et l'aspirateur, faire un «chlore choc» (traitement disponible dans les commerces) et renouveler une partie de l'eau.

Le laboratoire du chimiste cantonal a également décelé la présence de bactéries *E. coli* dans un échantillon. Provenant de diverses sources, dont les déjections d'oiseaux, ces germes fécaux sont susceptibles de provoquer, entre autres, des diarrhées. Un renouvellement de l'eau est, dans ce cas, primordial.

## TROIS PISCINES TROP CHLORÉES

Le remède classique à la prolifération de ces micro-organismes néfastes dans l'eau est le chlore. C'est d'ailleurs le traitement utilisé en très grande majorité par les propriétaires qui ont participé à l'enquête. En prélevant les quelques décilitres destinés au laboratoire, nous en avons alors profité pour analyser la concentration de chlore. Celle-ci ne peut, en effet, être vérifiée que sur place. Le taux idéal se situe entre

*Suite à la page 15*

# Simplement sec.



Couches Maxi

taille 4, 6 - 18 kg

80 pièces

le paquet

**13.89**



BON À SAVOIR

Bon

Test B&S n° 11/2015

sorte testée: couches Maxi  
source: Bon à Savoir, n° 11/15, novembre 2015

Simple comme ALDI.



0,2 et 0,4 mg/l, avec une tolérance jusqu'à 0,8 mg/l. Pour les établissements publics, un dépassement de ce plafond équivaut à une fermeture jusqu'au retour à la normale. Sur les quinze bassins, trois étaient trop chlorés. Un l'était même très nettement au-delà de la limite, avec une valeur de 3 mg/l. A noter que l'unique piscine traitée à l'électrolyse au sel avait, elle aussi, une teneur en chlore trop élevée, à 2 mg/l.

Une concentration excessive de chlore pose différents problèmes. Sur le court terme, elle est surtout irritante pour la peau. Mais cette abondance favorise également la formation de sous-produits de la chloration. Sur le long terme, une ex-

position respiratoire ou cutanée à ces derniers est cancérogène.

Une bonne nouvelle enfin: le taux d'acidité ou d'alcalinité (pH) de tous les échantillons était dans la zone de tolérance, entre 6,8 et 7,6. Un pH trop ou pas assez élevé peut, en effet, être irritant pour la peau et les muqueuses des baigneurs. Son équilibre assure, en outre, un meilleur maintien de la teneur en chlore.

#### **ENTRETIEN RÉGULIER EXIGÉ**

Les propriétaires de piscines chauffées doivent être particulièrement attentifs au traitement de leur eau. Car, plus les températures sont élevées, plus le développement de bactéries est grand. Sur les cinq installa-

tions chauffées que nous avons analysées, deux en avaient d'ailleurs trop. L'une contenait des pseudomonas.

Il est intéressant de constater que quatre bassins n'étaient pas suffisamment chlorés sans, pour autant, avoir développé une surabondance de germes. A l'inverse, deux échantillons avaient un niveau de chlore idéal sans parvenir à se débarrasser de ses populations de GAM ou de pseudomonas. Preuve qu'un traitement adéquat n'est pas suffisant: pour faire trempette en toute quiétude, un nettoyage régulier et l'application de quelques conseils pratiques sont essentiels (*lire ci-contre*).

#### Conseils d'entretien



##### **NETTOYAGE**

- Enlever les feuilles et les insectes à la surface à l'aide d'une épuisette.
- Utiliser un balai ou un aspirateur pour les saletés logées au fond de la piscine.
- Renouveler environ un tiers de l'eau de la piscine chaque année. La changer complètement tous les quatre à cinq ans.
- Il existe différents filtres (à cartouche, à sable, etc.). En fonction de chaque modèle, il est important de respecter ce que préconise le fabricant pour son entretien (nettoyage, détartrage, etc.) et son renouvellement.



##### **CHLORE ET PH**

- Contrôler chaque semaine les taux à l'aide des pastilles de test. Celui du chlore devrait idéalement se situer entre 0,2 et 0,4 mg/l, celui du pH entre 7 et 7,4.
- Bien stocker le chlore au frais et au sec. Quand il est entreposé trop longtemps ou dans un local inadéquat, des chlorates toxiques peuvent se former. Raison pour laquelle il ne faut pas faire de grandes réserves.



##### **UTILISATION**

- Avant de se baigner: prendre une douche et mettre un bac pour se rincer les pieds avant d'entrer dans l'eau
- Après la baignade: couvrir si possible la piscine.



##### **RÉGULARITÉ**

- Les conseils donnés sont valables en tout temps. Il est important de traiter et de nettoyer sa piscine régulièrement et pas uniquement avant de piquer une tête.

#### Résultats



# Pâtes de konjac avec modération

**DIÉTÉTIQUE** Le konjac n'a pas d'effet minceur miracle et devrait être consommé occasionnellement seulement. *Doris Favre, diététicienne diplômée*

**K**e konjac est un tubercule d'Asie à partir duquel on produit des vermicelles (shirataki), des tagliatelles (kishimen) ou encore des pâtes en forme de riz (gohan). Ces aliments sont vantés pour leur effet minceur en raison de leur faible teneur en calories: 9 kcal/ 100 g contre environ 100 kcal pour les pâtes à base de blé. Même les légumes en contiennent davantage! Il faut dire que la recette est composée de plus de 95% d'eau à laquelle on ajoute 3% de farine de konjac et un additif inoffensif (E526).

Le secret de ce tubercule? Son taux important de glucomannane, des fibres qui peuvent absorber jusqu'à 17 fois leur volume d'eau! Elles prennent donc beaucoup de place dans l'estomac, favorisant le sentiment de satiété. Pourtant, selon une méta-analyse de 2008, le gluco-

mannane aurait un effet modeste sur la perte de poids.

Certes peu caloriques, ces produits n'ont pas la même valeur nutritive que les pâtes traditionnelles. Ils ne contiennent ni vitamines, ni sels minéraux, ni protéines, ni glucides. Et, s'ils sont consommés en excès, ils diminuent l'absorption de vitamines et de sels minéraux! Si l'on ajoute qu'ils peuvent provoquer des ballonnements, on comprendra que les dérivés du konjac devraient être mangés occasionnellement. C'est particulièrement vrai pour les enfants qui ont un estomac bien plus petit que celui des adultes. Enfin, rappelons que, après le décès par étouffement de plusieurs enfants, les bonbons à base de konjac ont été interdits en Europe et aux USA. Mais ils se vendent toujours en Asie...



©ebvre\_crothian\_f

Publicité

## Avez-vous pensé à la pharmacie de voyage ?

Les problèmes gastro-intestinaux sont les troubles les plus fréquents en voyage

Pour parer à toute urgence, pensez au comprimé fondant pratique :

- ✓ fond rapidement sur la langue
- ✓ se prend sans eau

**motilium**  
lingual Gastroso®

Une aide en cas de  
nausées ou vomissements !

**Imodium®**  
lingual diarrhée aigüe®

Une aide rapide\*  
en cas de diarrhée !

# Produits végétariens: difficile de s'y retrouver seul

**ALIMENTATION** En se référant à la liste des ingrédients, il est souvent impossible de savoir si un produit transformé est végétarien ou végétalien. Les certifications ont pour but de clarifier la situation. Le «Label-V» règne en maître. *Sébastien Sautebin*

**M**anger végétarien ou végétalien est tendance. Les adeptes du premier régime ne consomment aucune chair animale, mais adoptent différentes attitudes pour ce qui concerne les œufs et les produits laitiers. Les végétaliens – ou véganes – ne mangent, eux, que ce qui est issu du monde végétal.

S'il est évident qu'un fruit ou un légume frais n'a absolument rien d'animal, de nombreux aliments transformés peuvent réservier de sacrées surprises, en raison notamment des additifs et des auxiliaires technologiques utilisés (*lire encadré*). Pour fidéliser une partie de leur clientèle et faciliter ses choix, les grands distributeurs font donc certifier certaines denrées alimentaires. Et cela, avec plus ou moins d'entrain.

## POLITIQUE DES DÉTAILLANTS

Migros affiche une politique ambitieuse. Le géant orange a ainsi promis d'étoffer ses assortiments certifiés végétarien et végane de 30% d'ici à 2017. A la fin de l'an dernier, il proposait 104 produits labellisés végétariens et 272 articles certifiés véganes. Une offre légèrement inférieure à celle de Coop qui déclare actuellement «plus de 450 produits labellisés, dont plus de 300 végétaliens».

Du côté des discounters, on reste plus modestes. Aldi, par exemple, nous a confié développer sa gamme Just Veg! depuis le début de l'année. Pour l'instant, elle ne comporte qu'une vingtaine d'articles. C'est toujours mieux que Denner qui n'en compte que cinq.

## LE LABEL-V S'IMPOSE

Si, dans d'autres domaines, comme le bio, une multitude de labels s'affrontent, le «Label-V» fait référence pour les produits végétariens. Il ne partage le gâteau qu'avec de rares concurrents pour le végétalien, dont la «fleur végane», de la Vegan Society UK, qu'on trouve notamment chez Migros. Le règlement du Label-V a été élaboré par l'Union végétarienne européenne, et les premières certifications ont été réalisées en Suisse, dès 1996, avant de se propager en Europe. Dans notre pays, l'attribution et le contrôle du label sont assurés par l'Association Swissveg qui a garanti quelque 2000 produits.

Concrètement, le Label-V compte quatre catégories, spécifiées sur les logos des emballages: l'ovo-lacto-végétarien (avec lait et œufs), l'ovo-végétarien (avec œufs, sans lait), le lacto-végétarien (avec lait, sans œufs) et le végétalien qui bannit tout composant animal. Pour que la certification soit possible, tous les ingrédients doivent être connus et strictement végétariens ou végétaliens, additifs compris. De surcroît, aucun produit d'abattage ne doit être utilisé comme auxiliaire technologique (gélatine, etc.). Et l'entreprise doit accepter que ses lignes de production soient contrôlées.

## TOUT N'EST PAS PARFAIT

Le Label-V et la fleur végane jouissent d'une réputation qui n'a, jusqu'ici, été entachée par aucun scandale. Un lecteur s'étonnait pourtant que l'emballage de rouleaux de printemps certifiés «vegan» mentionnait qu'ils pouvaient «contenir des traces d'œufs, de poissons et de crustacés». Cela indique que d'autres marchandises classiques ont été produites sur la même ligne de fabrication et ont pu laisser des traces qui se retrouvent dans les rouleaux de printemps.

Dans d'autres cas, la présence d'un label peut paraître absurde. Des consommateurs se sont ainsi étonnés de voir du jus de pomme labellisé «vegan», alors qu'il semble couler de source qu'une telle boisson n'est pas élaborée à partir de filet de bœuf! «En fait, les jus



de fruits peuvent être clarifiés avec de la gélatine d'origine animale», explique Marcel Bohnet, de Swissveg. Pratique que le label interdit non sans impact sur les prix: le jus de pomme M-Classic vegan, par exemple, coûte 70 ct. de plus. Explication de Migros: «Comme il n'existe pas de producteur suisse végane, nous devons l'importer d'Autriche, ce qui occasionne des frais de douane.»

## En pratique

### Composition: la croix et la bannière

Obscur charabia pour le consommateur, la liste des ingrédients ne permet souvent pas de déterminer avec certitude si un produit transformé est végétarien ou végane. En cause notamment, les additifs alimentaires – les fameux codes E – dont certains sont susceptibles d'être d'origine animale, sans que cela soit précisé sur les emballages. En tout, selon une liste dressée par Swissveg, plus de 40 codes E seraient concernés.

C'est le cas notamment de plusieurs émulsifiants. Selon l'OSAV, il faut s'adresser au fabricant pour savoir de quoi il en retourne (*lire «Origine floue des émulsifiants» en page 20!*)! Divers autres pièges guettent les consommateurs. La margarine, par exemple, peut contenir des vitamines A et E provenant de graisse animale. Les jus de fruits, le vin et la bière sont clarifiés avec de la gélatine issue des animaux.

# «Extravierge» n'est pas un gage de qualité

**HUILES D'OLIVE** Tous les produits analysés contiennent des substances problématiques à des degrés divers. Dans certains cas, des olives abîmées ou trop mûres ont aussi été utilisées. *Andreas Schildknecht / seb*

**L**a réputation de l'huile d'olive a été passablement ternie, ces derniers mois. En Italie, sept grandes marques vendaient de l'extravierge qui n'avait pas les qualités requises, alors que des tests ont révélé la présence de nombreuses substances indésirables en Allemagne. Pourtant, presque toutes les bouteilles vendues dans les supermarchés suisses sont étiquetées «extravierge», soit la plus haute catégorie. Et cela à des prix allant de 4 fr. à 27 fr. le litre.

Pour savoir ce qu'il en est vraiment, nous avons fait analyser seize huiles d'olive extravierge par-

mi les plus vendues. L'objectif était de déterminer la présence de substances problématiques (*lire encadré*) ainsi que leur qualité réelle.

## DES RÉSIDUS PEU RELUISANTS

Comme le montrent nos résultats, les flacons contiennent tous des substances indésirables. Certes, celles-ci ne présentent pas de risque immédiat pour la santé lorsqu'elles sont considérées séparément et les quantités mesurées assez faibles. Mais la multitude de substances décelées dans certaines bouteilles n'en est pas moins inquiétante.

Dans dix produits, les experts ont trouvé à la fois des résidus d'hydrocarbures, de pesticides et de plastifiants. Les études manquent encore quant aux interactions – le fameux «effet cocktail» – entre ces divers éléments lorsqu'ils sont mélangés. Il n'empêche, moins il y en a, mieux c'est. Nous avons ainsi attribué nos notes en fonction du nombre de substances trouvées. Attention toutefois: une huile propre du point de vue chimique n'a pas obligatoirement un goût excellent, comme l'a montré une dégustation de Bon à Savoir en 2013\*.

## INDICATEUR DE QUALITÉ

Dans l'ensemble, aucune valeur limite européenne n'a été dépassée. Mais la législation est un compromis qui fixe des exigences standard et non pas un niveau élevé de qualité. Un exemple? Les alkyles esters. Ces marqueurs de dégradation sont de bons indicateurs de qualité (*lire encadré*). De l'huile d'olive extravierge produite avec soin n'en contient, après pressage, que 10 à 15 milligrammes (mg) par kilo. En Europe et en Suisse, les limites sont pourtant fixées à 75 mg/kg!

Onze flacons en avaient moins de 20 mg/kg, prouvant qu'il est

Nos tests et comparatifs partout et en tout temps:  
**téléchargez l'application**  
«Les tests de Bon à Savoir»

- De 5.5 à 6.0 pts = Très bon
- De 4.8 à 5.4 pts = Bon
- De 4.0 à 4.7 pts = Satisfaisant
- De 2.5 à 3.9 pts = Insatisfaisant
- Moins de 2.5 pts = Mauvais



MARQUE	MIGROS BIO	PRIMADONNA	PRIMADONNA	DE CECCO	M-BUDGET	M-CLASSIC	MINOS
Désignation	Huile d'olive grecque	Huile d'olive vierge extra	Huile d'olive extravierge bio d'Espagne	Toscane IGP, olio extra vergine di oliva	Huile d'olive extravierge	Huile d'olive extravierge	Huile d'olive extravierge grecque
Acheté chez	Migros	Lidl	Lidl	Coop	Migros	Migros	Aldi
Prix payé	8.90 fr.	4.49 fr.	6.59 fr.	13.50 fr.	4.30 fr.	7.20 fr.	6.99 fr.
Prix au litre	17.80 fr.	6 fr.	13.20 fr.	27 fr.	4.30 fr.	7.20 fr.	9.30 fr.
Origine	Grèce	Mélange, Espagne et Grèce	Espagne	Toscane	Elaboré en Espagne	Elaboré en Espagne	Grèce (Crète)
Conservation minimale	01.11.2016	30.10.2016	02.12.2016	22.06.2017	15.12.2016	14.01.2017	14.11.2016
Année de récolte	–	2015/2016	–	2015	–	–	–
<b>Substances critiques</b>							
→ 1. Teneur en alkyles esters <sup>(1)</sup>	Faible	Faible	Faible	Faible	Faible	Faible	Faible
→ 2. Résidus d'hydrocarbures <sup>(2)</sup>	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
→ 3. Traces de pesticides <sup>(3)</sup>	–	–	–	–	1	1	1
→ 4. Résidus de plastifiants <sup>(3)</sup>	1	2	2	3	2	2	2
<b>NOTE FINALE ET APPRÉCIATION</b>	<b>5.3</b>	<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>4.8</b>	<b>4.8</b>	<b>4.8</b>

Si la note est identique, classement selon le prix.

<sup>(1)</sup> Aucune déduction lorsque la teneur est «faible», soit inférieure à 20 mg/kg; de 20,1 à 35 mg/kg = 1 point de pénalité pour teneur jugée

<sup>(2)</sup> Pénalité de 0.2 point pour une seule substance trouvée; de 0.5 point pour 2 ou 3 composants détectés et de 1 point si 4 substances ou plus.

<sup>(3)</sup> Déduction d'un demi-point en raison d'une



### LES RÉACTIONS DES FABRICANTS

Aldi, Lidl, Coop, Migros, Sabo, Deoleo et De Cecco nous ont répondu que leurs produits respectent les normes suisses et européennes et peuvent être consommés sans risque. Filippo Berio a écrit qu'il n'existe pas de limites contraintes pour les résidus de plastifiants dans l'huile d'olive et que les quantités trouvées sont faibles. Aldi précise que la Castello a été retirée de l'assortiment. De son côté, Denner nous a rétorqué que «lorsque des valeurs limites sont fixées, elles sont respectées».

Migros dit vouloir éclaircir la présence des plastifiants avec ses fournisseurs. Coop affirme avoir demandé des explications à ses partenaires et exigera désormais des certificats d'analyse à chaque récolte. Enfin, selon Deoleo, les plastifiants se retrouvent dans de nombreuses autres denrées alimentaires et les valeurs trouvées sont faibles.

\*  **BONUS WEB** Comment choisir son huile sur [bonasavoir.ch](http://bonasavoir.ch)



MONINI	QUALITÉ & PRIX	MONINI	FILIPPO BERIO	COOP NATURAPLAN	SABO	YBARRA	CASTELLO	BERTOLLI
Gran fruttato, extravierge	Huile d'olive extravierge	Classico, extravierge	Classico, olio extra vergine di oliva	Huile d'olive grecque bio	Huile d'olive vierge extra	Huile d'olive extravierge d'Espagne	Olio extra vergine d'oliva	Originale, extravierge
Migros 9.50 fr. 19 fr. Italie	Coop 4.95 fr. 9.90 fr. Italie, Espagne, Grèce	Migros 6.90 fr. 13.80 fr. Récoltées et pressées dans l'UE	Coop 7.50 fr. 15 fr. Mélange d'huiles de l'UE	Coop 8.95 fr. 17.90 fr. Grèce	Denner <sup>[5]</sup> 8.95 fr. 8.95 fr. Italie	Denner 4.90 fr. 4.90 fr. —	Aldi 4.49 fr. 6 fr. Mélange, huiles d'olive de l'UE	Denner <sup>[6]</sup> 12.45 fr. 12.45 fr. Mélanges d'huiles de l'UE
30.11.2016	31.12.2016	30.12.2016	Février 2017	01.06.2016	30.05.2017	01.06.2017	01.09.2016	Mai 2017
—	—	—	—	2014/2015	—	—	—	—
<b>Faible</b>	<b>Faible</b>	<b>Faible</b>	<b>Faible</b>	<b>Moyenne</b>	<b>Moyenne</b>	<b>Elevée</b>	<b>Elevée</b>	<b>Elevée</b>
<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>—</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>—</b>
<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>4.8</b>	<b>4.5</b>	<b>4.5</b>	<b>4.3</b>	<b>3.5</b> <sup>(4)</sup>	<b>3.0</b>	<b>2.8</b>	<b>2.8</b>	<b>2.5</b>

(moyenne); plus de 35 mg/kg = 2 points de pénalité pour teneur élevée.  
teneur particulièrement élevée.

<sup>(5)</sup> Egalement disponible chez Manor et Otto's

<sup>(6)</sup> Spar.

<sup>[2]</sup> Déduction de 0.5 point si une telle substance a été détectée;

Test réalisé en partenariat avec K-Tipp.

En détail

### Les critères du test

Le laboratoire a analysé les seize huiles selon les critères suivants.

#### 1. Teneur en alkyles esters

Ce sont des indicateurs de qualité. On les retrouve en quantités élevées lorsque le fabricant utilise des olives abîmées ou trop mûres.

#### 2. Résidus d'hydrocarbures

Les experts ont trouvé deux catégories d'hydrocarbures saturés: les MOSH et les POSH. Les études manquent sur ces derniers. Les MOSH peuvent migrer dans les organes. Chez les rats, cette situation a provoqué des inflammations du foie. Les sources possibles: gaz d'échappement des machines de récolte, lubrifiants des installations de production, matériel d'emballage, etc.

#### 3. Traces de pesticides

Parmi les substances trouvées, le chlorpyrifos, le phosmet et la deltaméthrine servent à tuer les insectes. L'oxyfluorfen est un herbicide, alors que le tebuconazole détruit les champignons. Ils peuvent avoir des effets négatifs sur les humains, la faune et la flore.

#### 4. Résidus de plastifiants

L'industrie utilise des phtalates pour rendre les plastiques plus souples. Certains d'entre eux sont soupçonnés d'être cancérogènes, mutagènes et reprotoxiques.

## Origine floue des émulsifiants

Les émulsifiants sont des additifs présents dans de nombreuses denrées alimentaires, comme les pâtes-séries ou les préparations pour nourrissons. Si les producteurs sont tenus de les indiquer par leur nom et/ou leur code E, les étiquettes ne précisent pas toujours leur base. Impossible, donc, de déterminer si l'origine est végétale ou animale ni, le cas échéant, de quel animal il s'agit. Et c'est bien ce qui dérange Magali Leuthold, de Sierre (VS). Les mono- et les diglycérides d'acides gras (E471) sont, par exemple, «parfois issus de graisse d'origine animale». Ce qui fait une belle jambe aux consommateurs qui aimeraient en savoir plus. Pour Eva van Beek, porte-parole de l'OSAV: «Si une personne veut connaître l'origine d'un ingrédient, elle doit s'adresser au fabricant, dont l'adresse est toujours indiquée sur l'étiquette.» Pratique... cade



### UN LENT RETOUR AU SOMMEIL NATUREL

Les somnifères et tranquillisants peuvent être très addictifs. Un arrêt de leur consommation n'est pas évident, comme en témoigne les nombreux échecs de patients tentant de diminuer leurs doses. La revue spécialisée suisse *Pharma-Kritik* recommande dès lors un sevrage très progressif. Idéalement, il devrait être fait sur une durée de dix semaines. Pour être certain que le processus est justifié et sans risque, il doit, de plus, être suivi par un médecin. bu



### Eviter le soleil: aussi risqué que le tabagisme

«Nous connaissons trois grands facteurs de risque pour la santé: fumer, le surpoids et l'inactivité. Nous savons maintenant qu'il y en a un quatrième: éviter le soleil.» Cette affirmation surprenante du Dr Pelle Lindqvist résulte d'une étude menée sur 30 000 femmes suédoises pendant vingt ans. Les auteurs ont découvert que celles qui recherchaient le soleil avaient moins de risques de contracter des maladies cardiovasculaires et non cancéreuses comme le diabète. A tel point que les non-fumeuses qui ont évité le soleil n'avaient pas une espérance de vie supérieure aux fumeuses qui s'y sont exposées! Ce n'est pas pour autant qu'il faut tomber dans l'excès et ne pas se protéger: les sujets qui ont pris de généreux bains de soleil ont été victimes de plus de cancers de la peau. seb

Publicité



13:50

Vous apprenez que le Pérou abrite les pires araignées au monde.

**Là maintenant,**  
vous vous demandez si votre  
anti-moustique sera suffisant.

### Mundo

Assurance voyages  
à l'étranger

- ↳ Santé®
- Vie®
- Patrimoine®
- Entreprise®



Assuré. Là. Maintenant.

# Diable de fructose

**PRODUITS INDUSTRIELS** Des céréales aux boissons en passant par les confitures allégées, le fructose est ajouté un peu partout pour réduire l'apport calorique. Mais ses effets sur la santé sont pervers.

Markus Fehlmann / yng

**L**e fructose, qui se trouve naturellement dans les fruits et les légumes a l'avantage d'être associé à d'autres nutriments essentiels (*lire encadré*). C'est une autre chanson lorsqu'il est artificiellement ajouté à de nombreux produits industriels. Les spécialistes le considèrent alors comme le sucre le plus dangereux pour la santé. L'an dernier, des chercheurs de l'Ecole polytechnique fédérale de Zurich (ETH) ont démontré qu'il pouvait provoquer une croissance incontrôlée du cœur et, par conséquent, augmenter les risques d'arrêt cardiaque.

Une autre étude, publiée en 2015 par l'Université de Bâle, dénonce d'autres méfaits du fructose ajouté. Les scientifiques ont pu établir qu'il ne procurait pas la même sensation de satiété que le glucose. Il appelle donc à consommer davantage et favoriseraient des maladies, comme l'obésité, le diabète, l'engraissement du foie ou la goutte. L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) recommande d'ailleurs de ne pas en consommer plus d'un gramme par kilo de poids corporel par jour.

## IL DONNE UNE IMAGE SAINE

Ce qu'il faut savoir, c'est que le fructose ne se cache pas seulement dans les sucreries, mais dans toutes sortes de denrées qui se veulent saines et peu caloriques. Mais l'industrie alimentaire ne semble pas se soucier des récentes découvertes scientifiques en la matière. Le fabricant de boissons Valser, par exemple, ajoute du fructose dans ses eaux aromatisées Viva qui se vantent d'être «pauvres en calories». Il estime que cela ne présente aucun risque pour les consommateurs qui boivent ces produits de manière «équilibrée».

Interrogée sur le sujet, Migros nous a affirmé qu'elle ne misait généralement pas sur le fructose, même si son ajout dans certains produits présentait des avantages:



Une confiture qui contient 40% de calories en moins? C'est la promesse de la gamme «Extra Fit & Well» vendue chez Migros. Le problème, c'est que le sucre cristallisé a été remplacé par du fructose. Ce qui est rassurant, c'est de voir que le géant orange – et ses industries – propose d'autres confitures bio ou traditionnelles avec du vrai sucre.

«Il a un pouvoir sucrant plus élevé que le sucre cristallisé. Les confitures Fit & Well, par exemple, contiennent 40% de moins d'hydrates de carbone que les préparations classiques.» Et d'estimer, par conséquent, qu'il s'agit d'un ingrédient favorable aux personnes diabétiques.

## PAS TOUJOURS IDENTIFIABLE

De son côté, Coop fait preuve de scepticisme: «En l'état actuel des connaissances, on ne sait pas dans quelle mesure le fructose peut être nocif s'il est consommé en quantité modérée.» Le grand distributeur reconnaît toutefois que, sur le plan de la santé, il n'est pas pertinent de le substituer au sucre cristallisé.

Le plus pervers, dans tout cela, c'est que cette substance est présente dans les produits sans en avoir l'air. Un exemple? Le muesli Familia Body Balance aux myrtilles et noix de pécan, vendu chez Coop et Manor notamment, est sucré avec du sirop d'agave (7%). Ingrédient qui, selon sa fabrication, peut contenir plus de 90% de fructose!



«Avec 30% de moins de sucre et une haute teneur en avoine complète, ce muesli croquant assure un démarrage idéal dans la journée», se vante la firme bio Familia qui commercialise les céréales Pure balance amandes & miel. Vendu chez Coop et Manor, ce mélange fait, lui aussi, la part belle au fructose. Ce qui n'est heureusement pas le cas de tous les mueslis vendus dans le commerce...



De l'eau de source aromatisée et pauvre en calories? C'est ce que fait miroiter Valser avec sa gamme «Viva». Et avec une teneur qui peut atteindre 42 grammes de fructose ajoutés par litre, nul doute que la boisson soit douce en bouche. Diverses eaux aromatisées des marques Aproz et Nendaz vendues chez Migros ont également recours au fructose. Mieux vaut donc presser quelques gouttes de citron ou ajouter des feuilles naturelles (menthe, etc.) dans de l'eau pour se rafraîchir sainement.

## Eclairage

### Le fructose naturel, c'est mieux

Le fructose naturellement présent dans les fruits et les légumes ne pose pas autant de problèmes de santé, sachant qu'il est associé à de nombreux autres composés sains comme les fibres. Mais comme tout abus, la consommation démesurée de végétaux n'est pas idéale non plus. C'est pourquoi la Société suisse de nutrition recommande cinq portions par jour – trois de légumes et deux de fruits – en variant les couleurs et, par ricochet, les apports nutritifs. Ce qui est nettement plus problématique, ce sont les jus de fruits et autres smoothies. Car après avoir été pelés, pressés, réduits en purée ou même parfois chauffés pendant la production, les végétaux perdent de leurs nutriments (fibres, vitamines, antioxydants, etc.). Au final, il ne reste plus grand-chose de sain et beaucoup de sucre! Raison pour laquelle il ne faudrait pas boire plus de 2 dl de smoothie par jour.

# Gare aux courtiers voyous!

**ASSURANCES** Nicole Opet a été abordée dans un parc public par un courtier qui lui a fait signer un contrat d'assurance maladie et une complémentaire. Visana a accepté de les annuler. Sébastien Sautebin

Nicole Opet était à bout. Depuis un an, elle se battait en vain pour faire annuler les contrats d'assurance maladie (LAMal) et complémentaire (LCA) qu'un jeune courtier privé l'avait poussée à signer dans un parc public de Lausanne. «Il m'a proposé de me faire parvenir des offres d'assurance», soutient notre lectrice, qui n'imaginait donc pas être liée contractuellement. Ce d'autant plus que les documents parafés étaient intitulés «proposition d'assurance».

«Ce terme induit une confusion, souligne Morena Hostettler Socha, médiatrice de l'assurance-maladie. Les gens pensent qu'ils vont simplement recevoir une

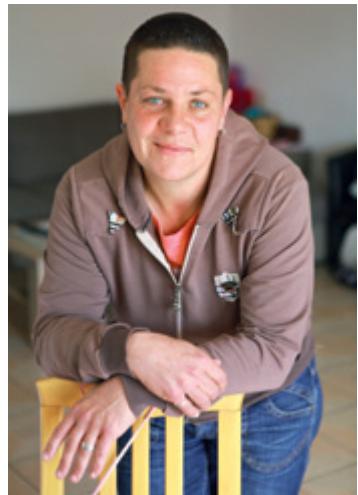
offre, alors qu'ils concluent un vrai contrat. S'ils pouvaient lire le document dans le détail, ils se rendraient compte de la situation. Mais certains courtiers sont très habiles et les embobinent pour qu'ils s'exécutent sans bien regarder. Ils cachent le haut des pages empilées et ne découvrent que le bas à signer.»

#### PRENEZ VOTRE TEMPS!

Nicole Opet, n'a eu de cesse, ensuite, de demander l'annulation des deux couvertures auprès de Visana, essuyant plusieurs refus. Elle a donc pris contact avec *Bon à Savoir*. Selon la médiatrice, faire signer un contrat dans un parc n'est pas interdit par la loi. Il n'empêche,

la démarche a de quoi surprendre. Nous avons donc demandé à l'assureur quelle était sa position sur ce point et, à sa demande, lui avons fourni les coordonnées de témoins. Visana a finalement accepté de revoir sa position et a annulé les contrats. «Aborder et conseiller des clients potentiels dans des lieux publics ne correspond pas à nos standards de qualité», déclare son porte-parole, David Müller.

Pour éviter les déconvenues, Morena Hostettler Socha, conseille de ne rien signer sur-le-champ: «Demandez au courtier de vous laisser sa carte et dites-lui que vous lui enverrez éventuellement le document plus tard, après l'avoir relu tranquillement chez vous.»



Nicole Opet a été victime d'un courtier peu scrupuleux dans un parc public.

Publicité



2015 MEDICAL TRAVEL AWARDS

## Consultation & Vols gratuits\*



**Économisez de 50% à 70%**  
sur votre traitement à Budapest

CLINIQUE DE RÉFÉRENCE DEPUIS 1996



*“La meilleure clinique dentaire européenne en 2015”*



KREATIV DENTAL®



\* sous certaines conditions.



Kreativ Dental Suisse  
Web: [www.kreativdentalclinic.eu](http://www.kreativdentalclinic.eu)

E-mail: [info@soins-dentaires-hongrie.fr](mailto:info@soins-dentaires-hongrie.fr)  
T: 0800-562-723 (gratuit) T (mobile): +33 6 07 76 87 91

# Peu d'OGM dans nos assiettes

**DENRÉES** Seuls quelques OGM sont autorisés dans notre pays. Leur présence, dans les denrées alimentaires, fait l'objet d'un étiquetage strict avec, toutefois, un seuil de tolérance. *Sébastien Sautebin*

**L**es autorités sanitaires américaines ont suscité la polémique, il y a quelques mois, en autorisant la mise sur le marché d'un saumon transgénique! Baptisé «Frankenfish» ou «saumonstre» par ses détracteurs, ce poisson est, en fait, un saumon de l'Atlantique auquel des gènes de saumon chinook du Pacifique ont été injectés, afin qu'il grossisse deux fois plus vite.

## EXAMEN RIGoureux

Les consommateurs suisses peuvent se rassurer. La vente de produits contenant des OGM n'est certes pas interdite dans notre pays, mais les autorisations ne sont délivrées par l'Office fédéral de la sécurité alimentaire (OSAV) «que si l'on peut, en l'état actuel des connaissances scientifiques, exclure tout risque pour la santé humaine et l'environnement». En tout, «quatre lignées de plantes sont ainsi autorisées, trois maïs et un soja», précise Stefan Kunfermann, porte-parole de l'OSAV. Deux ont été créées par la société suisse Syngenta et les deux autres par l'américain Monsanto.

La Suisse ne permet pas, pour autant, la culture de ces plantes, puisqu'un moratoire court jusqu'à fin 2017. Mais elle accepte leur présence dans les denrées alimentaires. Quelques composants dérivés de micro-organismes génétiquement modifiés sont, de surcroît, admis: deux vitamines, trois enzymes et une protéine structurante de la glace (ISP). Cette dernière, par exemple, est obtenue à partir d'une souche transformée de levure et peut être utilisée dans la fabrication de glace alimentaire. Interrogé par *Bon à Savoir*, Unilever affirme pourtant «ne fabriquer aucun produit contenant cette composante en Suisse, malgré l'autorisation obtenue en 2012».

## PRODUITS DE NICHE

Ainsi, les organismes génétiquement modifiés semblent briller par leur absence dans nos assiettes. Les contrôles menés par



verapix003\_f

les autorités cantonales d'exécution le confirment. En 2014, seuls 26 (5,1%) des 506 échantillons examinés en contenait. Et cela, alors même que les labos ont ciblé des groupes de produits les plus susceptibles d'en contenir, principalement des denrées à base de soja, de maïs et de riz.

Dans treize cas, les OGM décelés étaient conformes et présents à moins de 0,9%, donc sans infraction à l'obligation d'étiquetage (*lire encadré*). Dans trois articles, ils n'étaient pas identifiables, et dix échantillons, soit 2% du total, contenaient des OGM non admis. Il s'agissait notamment d'un succédané de viande d'origine tchèque, de biscuits italiens, de barres énergétiques et de protéines en poudre pour sportifs ainsi que de nouilles de riz en provenance de Chine.

Cette situation plutôt réjouissante est favorisée notamment par le fait que les deux grands distributeurs, Migros et Coop, ont très largement renoncé à vendre des organismes génétiquement modifiés. «Coop ne vend pas d'aliments contenant des matières premières

qui doivent être étiquetées comme OGM», précise Ramón Gander, son porte-parole. Migros note toutefois que, avec «des produits d'origine animale importés qui n'appartiennent pas à un label, il est impossible d'affirmer que les animaux n'ont pas été nourris avec des aliments contenant des OGM».

Voilà qui ne plaide guère en faveur de la viande étrangère...

En Suisse, les différents labels, comme IP-Suisse ou Naturafarm, exigent l'affouragement avec des aliments non transgéniques. Mais, contrairement à la France et à l'Allemagne, notre législation ne permet pas d'indiquer, sur l'emballage, que l'animal a été nourri sans OGM. Le Département fédéral de l'intérieur a renoncé, fin 2014, à modifier la loi dans ce sens.

## Ce que dit la loi

### 0,9% autorisé sans mention

En Suisse, les denrées alimentaires et les additifs issus des OGM sont soumis à une obligation d'étiquetage stricte. La mention correspondante doit se trouver sur l'emballage. Comme on ne trouve pratiquement pas d'aliment génétiquement modifié dans le commerce, cette indication est extrêmement rare. Elle doit, par exemple, être formulée comme suit: «semoule de maïs (génétiquement modifié)» ou «huile végétale hydrogénée produite à partir de soja génétiquement modifié».

Il n'est toutefois pas obligatoire de mentionner les traces involontaires d'OGM autorisés si leur taux ne dépasse pas 0,9% de la masse. De surcroît, notre pays tolère des résidus d'OGM non autorisés à hauteur de 0,5%. Et dans l'Union européenne? Les règles sont similaires: les denrées renfermant des OGM doivent être étiquetées en tant que telles, avec un seuil de tolérance à 0,9%.

# Elles sculptent sans artifices

**MOUSSES FIXANTES** Elles donnent de bons résultats, tout en se passant de substances problématiques. Preuve que l'industrie cosmétique a fait des progrès en la matière. *Jonas Arnold / yng*



**A**en croire les publicités, il s'agirait d'un produit qui apporte tout ce qu'une chevelure rêve d'avoir: de la brillance, du volume et une tenue parfaite en un clin d'œil. Les promesses des fabricants se confirment-elles dans la vraie vie? C'est ce que nous avons voulu vérifier en mettant à l'épreuve douze mousses fixantes extra-fortes. Dénomination qui n'est pas universelle, puisque certaines marques préfèrent le qualificatif «ultrafortes» ou graduent la force de leur produit.

## BONNE TENUE

Les mousses ont d'abord subi un test pratique qui visait à apprécier leurs effets sur la chevelure ainsi que la facilité avec laquelle elles s'utilisent. Dans un second

Voggenreiter



Nos tests et comparatifs partout et en tout temps: **téléchargez l'application** «Les tests de Bon à Savoir»

- De 5.5 à 6.0 pts = Très bon
- De 4.8 à 5.4 pts = Bon
- De 4.0 à 4.7 pts = Satisfaisant
- De 2.5 à 3.9 pts = Insatisfaisant
- Moins de 2.5 pts = Mauvais



## MARQUE

Désignation	
Acheté chez	
Prix payé	
Contenance	
Prix aux 100 ml	
<b>1. Application</b>	<b>70%<sup>(1)</sup></b>
→ Tenue	30% <sup>(2)</sup>
→ Volume	20% <sup>(2)</sup>
→ Brillance	20% <sup>(2)</sup>
→ Coiffage	20% <sup>(2)</sup>
→ Toucher	10% <sup>(2)</sup>
<b>2. Maniement</b>	<b>30%<sup>(1)</sup></b>
<b>3. Pénalités</b>	
→ Parfums allergènes <sup>(3)</sup>	

## NOTE FINALE ET APPRÉCIATION

WELLA	SYOSS	TAFT	I AM	COOP WE!
Mousse extra strong Wellaflex	Volume lift	Ultra mousse	Mousse power volume	Styling mousse extra strong
Droguerie Müller	Coop <sup>(4, 5, 6)</sup>	Lidl <sup>(4, 5, 6, 7, 8)</sup>	Migros	Coop
3.90 fr.	8.30 fr.	4.19 fr.	3.90 fr.	3.95 fr.
200 ml	250 ml	200 ml	150 ml	150 ml
1.95 fr.	3.32 fr.	2.10 fr.	2.60 fr.	2.63 fr.
<b>5.5</b>	<b>5.5</b>	<b>5.4</b>	<b>5.3</b>	<b>5.2</b>
5.4	5.6	5.5	5.2	5.1
5.6	5.7	5.8	5.2	5.2
5.3	5.3	5.2	5.4	5.2
5.6	5.4	5.3	5.4	5.4
5.6	5.3	5.1	5.6	5.3
<b>6.0</b>	<b>5.6</b>	<b>5.5</b>	<b>5.7</b>	<b>5.8</b>
0.2	—	—	—	—

**5.5**

**5.5**

**5.4**

**5.4**

**5.4**

temps, le laboratoire a fait la chasse aux substances indésirables, telles que le formaldéhyde, les muscs polycycliques et les parfums allergènes (*lire «Les critères du test»*).

Dans l'ensemble, les lotions ont réalisé de bonnes performances. Celles de Wella et de Syoss sortent quelque peu du lot, même si les résultats sont serrés. Avec elles, il suffit de deux noisettes de mousse pour sculpter aisément et durablement sa coiffure. Par ailleurs, elles sont aussi faciles qu'agréables à répartir sur les cheveux. Et, pour ne rien gâcher, la Wella est l'une des plus avantageuses du lot, avec un prix qui s'élève à 1.95 fr./100 ml.

On peut certes trouver moins cher encore avec l'Ombia et la Cien qui reviennent seulement à 80 ct./100 ml. Ces deux mousses obtiennent des résultats honnêtes, même si l'Ombia met un peu de temps avant de fixer la coiffure. Sur ce point, la Rausch Styling aux herbes, qui est la lotion la plus chère du test, fait pire encore en raison de sa consistance

très aqueuse. Elle est difficile à répartir sur les mèches, longue à agir et son contenu s'épuise plus vite que les autres. Rausch répond que c'est un produit naturel qui se passe, de surcroît, de tout aérosol propulseur.

#### PEU DE POLLUANTS

Ce qui est réjouissant, c'est que le laboratoire n'a pas trouvé de substances problématiques, comme le formaldéhyde ou les muscs polycycliques. Il a uniquement décelé des parfums faiblement allergènes d'une concentration supérieure à 100 mg/kg dans trois produits: le vainqueur du test ainsi que le Got2b en contenant un seul, alors que le L'Oréal Studio Line en renfermait deux. Ce qui leur a valu une pénalité de 0.2 point par parfum trouvé.

Toujours est-il que l'industrie cosmétique a fait des progrès en la matière. Car, lors du test que nous avions réalisé en 2009 (*lire «12 mousses coiffantes: la moins chère en tête», B&S 3/2009*), un tiers des bombes renfermait soit du formaldéhyde, soit des muscs polycycliques.

En détail

### Les critères du test

Sous la supervision d'experts, des coiffeurs ont appliqué les mousses sur la chevelure de 22 personnes. Ils les ont ensuite coiffées et ont comparé les résultats en portant un œil particulièrement attentif aux points suivants.

#### 1. Application: 70%

Quelle tenue la coiffure a-t-elle directement après l'application de la mousse? Qu'en est-il cinq heures plus tard? Quel volume le produit donne-t-il à la chevelure? Comment les cheveux réagissent-il lorsqu'on y passe sa main? La mousse facilite-t-elle le coiffage, le séchage et le démêlage? Les experts ont évalué les produits sur les cheveux aussi bien mouillés que secs.

#### 2. Maniement: 30%

La lotion s'étale-t-elle aisément? A quel débit est-elle diffusée? Laisse-t-elle des résidus dans la chevelure? Quelle consistance a-t-elle? Son odeur est-elle dérangeante? Quelle quantité utilise-t-on à chaque application?

#### 3. Pénalités

En traquant les substances problématiques, le laboratoire n'a pas trouvé de formaldéhyde ni de muscs polycycliques. Mais il a décelé des parfums faiblement allergènes dans trois mousses. Une pénalité de 0.2 point leur a été infligée pour chaque parfum d'une concentration supérieure à 100 mg/kg.



GOT2B	NIVEA	CIEN	BEAUTÉ SUISSE	OMBIA	RAUSCH	L'ORÉAL STUDIO LINE
Twisted double curling power	Styling mousse ultra strong	Mousse volume styling	Mousse coiffante ultraforte	Mousse fixante	Styling mousse aux herbes	Mousse volume silk & gloss
Coop <sup>(4, 5)</sup> 4.60 fr. 250 ml 4.60 fr.	Coop <sup>(4, 5, 6, 8, 9)</sup> 5.50 fr. 150 ml 3.67 fr.	Lidl 1.99 fr.	Landi 2.90 fr.	Aldi 1.99 fr.	Globus <sup>(5)</sup> 13.50 fr. 150 ml 9 fr.	Manor <sup>(4)</sup> 8.60 fr. 200 ml 4.30 fr.
<b>5.3</b>	<b>5.3</b>	<b>5.1</b>	<b>5.2</b>	<b>5.0</b>	<b>5.1</b>	<b>5.1</b>
5.1	5.1	5.0	5.0	5.0	5.2	5.1
5.2	5.4	5.1	5.2	5.1	5.1	5.2
5.2	5.3	5.1	5.2	5.1	5.3	5.3
5.4	5.4	5.2	5.4	4.8	4.8	5.0
5.6	5.4	5.4	5.3	5.0	4.8	4.8
<b>6.0</b>	<b>5.4</b>	<b>5.4</b>	<b>5.1</b>	<b>4.6</b>	<b>3.6</b>	<b>4.6</b>
0.2	—	—	—	—	—	0.4
<b>5.3</b>	<b>5.3</b>	<b>5.2</b>	<b>5.2</b>	<b>4.9</b>	<b>4.7</b>	<b>4.6</b>

Dominique Schiltz

IL A L'AIR SI SAGE, MAIS QUE FAIT-IL EN VOTRE ABSENCE?

ILLUMINATION PRÉSENTE

COMME DES

bêtEs  
AU CINÉMA LE 27 JUILLET

GAGNEZ UN VOYAGE À NEW YORK!

COMME DES BÊTES © 2016 Universal Studios. All Rights Reserved.

**GRAND CONCOURS VIDÉO:  
SURPRENEZ VOTRE ANIMAL!**

Filmez les bêtises de votre compagnon en caméra cachée. La vidéo la plus drôle sera primée. À gagner: un voyage à New York pour toute la famille!

[www.epona.ch/commedesbetes](http://www.epona.ch/commedesbetes)

Epona assure votre animal de compagnie dès 4,90CHF/mois

**epona.**  
votre animal, son assurance

**MAX**

CHIEN-CHIEN  
CHOUCHOUTÉ  
ET NÉVROSE

## Clés perdues?

BON À SAVOIR vous les renvoie

- simple & sûr
- 10 ans de garantie
- pour seulement 28 fr.

Commande sur  
[bonasavoir.ch](http://bonasavoir.ch)  
→ Boutique

**ÉVASION**

**ProCasa**  
SALLE DE BAINS COMPLÈTE

**GETAZ miauton**



Votre nouvelle  
salle de bains en toute  
tranquillité – grâce  
à nos solutions  
complètes  
et flexibles.



[getaz-miauton.ch/procasa](http://getaz-miauton.ch/procasa)

mon-train.ch  
ma-poste.ch



**EXPRIMEZ-VOUS !  
LES CFF, LA POSTE,  
C'EST VOUS !**

#MonTrain

#MaPoste

# Louer une voiture, quelle aventure!

**VOYAGES** Avant de prendre le volant d'une voiture de location pour découvrir un pays, voici quelques mises en garde à emporter dans la boîte à gants.

Kim Vallon

**S**'il existe un large choix d'agences de location de véhicules sur le marché, elles ont toutes un point commun: des conditions générales, que le voyageur aura tout intérêt à lire attentivement avant de tracer la route. Modalités de paiement, de réception et de restitution de la voiture, assurances, responsabilité en cas de dégâts, rien ne doit être laissé au hasard. Partir à l'aventure, oui, mais pas sans couverture!

#### → RÉSERVER

Comme les terminaux des aéroports regorgent d'agences de location, il est possible de faire son choix à son arrivée sur place. Le plus simple – et prévenant – reste toutefois de procéder à une réservation sur internet, en complément ou parallèlement à l'achat de vos billets d'avions par exemple. Il est alors plus facile de comparer les prix et les prestations offertes. Attention aux options (GPS, etc.) qui exigent souvent une rallonge. Par ailleurs, si vous prévoyez que plusieurs personnes se relaieront au volant, sachez que les conducteurs supplémentaires doivent souvent être mentionnés pour des questions d'assurance. Des points qu'on peut déjà régler tranquillement lors des réservations en ligne.

#### → RÉCEPTIONNER

Pour ne pas être pris de court, on s'informera, au préalable, de l'endroit et de l'heure à laquelle le véhicule est disponible. C'est à ce moment-là qu'il faudra sortir le bon d'échange (ou *voucher*), la carte de crédit et le permis de conduire, sésames indispensables pour recevoir les clés du bolide.



En ce qui concerne les cartes de crédit spécifiquement – qui servent généralement de garantie – il convient d'être attentif. Certaines agences exigent une carte en relief. Assurez-vous, avant de vous lancer dans une réservation, que votre Visa ou la MasterCard remplit les conditions de forme de la société de location. Car, une fois sur place, vous risquez de vous voir tout bonnement refuser la remise des clés.

#### → VÉRIFIER

Outre le contrat de location, à relire en détail avant de signer, le véhicule devra, lui aussi, être examiné sous toutes ses coutures avant d'en prendre possession. C'est la meilleure manière de prévenir tout conflit lors de sa restitution. Carrosserie, pneus, éclairage ou carburant, il ne faut rien négliger, sachant que la moindre bosse, une griffure ou

une avarie pourront être mises à votre charge au retour. N'hésitez pas à prendre en photo les défauts visibles avant votre départ. On n'est jamais trop tatillon!

#### → RESTITUER

Moment crucial dans le périple des touristes qui ont loué une voiture: sa restitution. Elle cristallise bien souvent tous les problèmes et les tensions inhérentes à la démarche. Pour cette raison, il est vivement conseillé de remettre le véhicule pendant les heures d'ouverture de l'agence, afin qu'un collaborateur puisse dresser un procès-verbal (PV) de restitution. Ce document est primordial pour se prémunir contre les prétentions en dédommagement que la société pourrait lancer à votre encontre pour des dégâts constatés ultérieurement. Comme lors d'un état des lieux de sortie d'un appartement, montrez-vous intraitable sur chaque

griffure qu'on tenterait de vous coller sur le dos, car, une fois le PV signé, il sera trop tard!

Rendre la voiture en dehors des heures d'ouverture comporte donc un risque évident de voir sa responsabilité engagée de façon exagérée, faute de PV et de preuve. Sans compter la restitution des clés, souvent hasardeuse – à glisser dans une boîte aux lettres pas forcément sécurisée!

#### → S'ASSURER

Un «road trip» n'est pas forcément dénué de dangers et il serait imprudent de se lancer dans une telle aventure sans une bonne assurance RC et une casco, sans franchise, si possible. Certaines agences exigent d'ailleurs des garanties à ce sujet avant de vous louer un véhicule.

Bonne route!

# La vérité sur les vêtements anti-UV

**SANTÉ** T-shirts ou maillots de bain anti-UV ont le vent en poupe. S'ils offrent une excellente protection contre le soleil, d'autres habits le font tout aussi bien.

Yves-Noël Grin

**L**e bronzage est devenu ringard. N'en déplaise à celles et à ceux qui s'imaginent plus appétissants en calquant leur séduction sur celui des toasts grillés. Ce changement de paradigme rappelle celui de la clope. Comme quoi le spectre de tout cancer peut être un puissant inverseur de tendances. Dans ce contexte, les vêtements anti-UV suivent la courbe opposée: on en voit toujours plus et sous des formes très diverses.

Alors docteur, est-ce que ces habits offrent une meilleure protection que les autres? «Pas forcément. Un jean traditionnel, par exemple, absorbe parfaitement les UV. Dès l'instant où l'on a un tissu qui a des mailles fines et très ser-

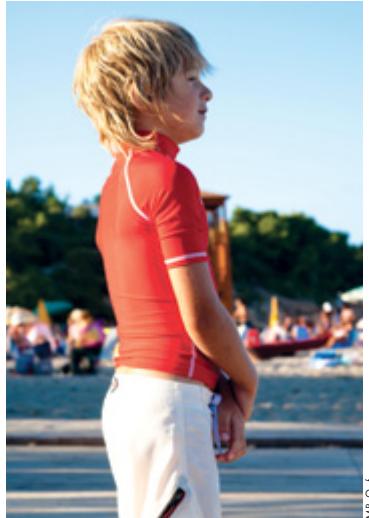
rees, l'écran contre le rayonnement solaire est généralement bon», explique Olivier Gaide, responsable des cancers de la peau au Service de dermatologie du CHUV. Pour en avoir le cœur net, il conseille de regarder le soleil à travers le tissu: «Si la lumière ne passe pas, c'est qu'il protège très bien la peau.» Propriété qu'il peut perdre lorsqu'il est mouillé, usé ou distendu.

#### MIEUX QUE LA CRÈME SOLAIRE

En bref, plus un textile est serré, épais et de couleur foncée, meilleure sera la barrière contre les UV. A densité égale, des matières font nettement mieux que d'autres: le coton ne tient, par exemple, pas la comparaison avec le polyester.

Ce dernier compose d'ailleurs de nombreux vêtements photoprotecteurs, comme les maillots de bain pour les enfants. On obtient une tenue légère, rapidement sèche et qui absorbe les rayons UV même lorsqu'elle est mouillée. Certes, la protection n'est pas meilleure qu'une combinaison en jean, mais, question confort, c'est une autre affaire...

Tout comme les crèmes solaires, les habits anti-UV ont des normes qui informent de l'indice de protection (UPF). Or, les fabricants de textiles – comme de cosmétiques – n'ont pas le droit d'afficher un UPF supérieur à 50. Tout au plus, l'étiquetage peut mentionner «UPF 50+» pour signifier qu'il fait



UMB.O.F

mieux que 50. Mais, à indice équivalent, un vêtement fera toujours mieux qu'un lait solaire et plus durablement. D'autant que personne – ou presque – ne suit les recommandations: appliquer 2 ml par cm<sup>2</sup> de peau toutes les deux heures. «Pour un adulte de taille moyenne, cela représente pratiquement un tube par jour», sourit Olivier Gaide.

Publicité

Quelqu'un dans votre entourage cherche à vendre son bien immobilier?

**Téléchargez Prospect'Immo et recevez jusqu'à CHF 2000.- par information fournie !**



**Prospect'Immo**

Disponible sur Google Play ou App Store

Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
Google Play

Plus d'information sur [www.prospectimmo.ch](http://www.prospectimmo.ch)



# Embargo sur les pièces détachées

**RÉPARATION** Fust applique désormais une politique restrictive sur les pièces de rechange. Politique qui pénalise aussi bien les réparateurs que les consommateurs. *Christophe Inaebnit*

**R**éparer des appareils électroménagers est une activité qui offre son lot de surprises. C'est ainsi que nous avons appris que la maison Fust avait soudainement décidé de ne plus livrer aux réparateurs des pièces détachées pour les produits de ses marques propres (Novamatic, Primotec, etc.). Les particuliers, eux, ne pourront plus obtenir de composants techniques. En bref, Fust vendra encore des accessoires – comme un bac à légumes de réfrigérateur – à ses clients. Mais si, par malheur, vous cassez la poignée de votre lave-linge, c'est niet: vous serez condamné à faire appel à son service de dépannage!

#### LE CLIENT RENDU CAPTIF

Ce n'est pas le seul distributeur ou le fabricant à appliquer une telle politique. D'autres, comme Jura, Bosch (outillage), Presto ou Apple la pratiquent déjà. Pourquoi une telle stratégie? Fust n'a pas répondu au courrier de réclamation que notre atelier lui a envoyé. Généralement, les firmes se justifient en faisant valoir la qualité du service, la garantie de bon fonctionnement de leurs produits ou la sécurité du consommateur. Arguments qui font sourire les réparateurs professionnels.

En effet, il n'est souvent pas possible de remettre sur pied un appareil sans éléments de rechange. Les simples interventions qui se résument à nettoyer, à déboucher ou à graisser ne résolvent que certaines pannes, comme la pompe d'un lave-linge bloquée par un corps étranger. Mais, dans la majorité des cas, il est indispensable de remplacer l'élément défectueux. Ainsi, en refusant de fournir des pièces aux réparateurs indépendants, le distributeur supprime la concurrence dans ce domaine, tout en maintenant le client captif. Car ce dernier est contraint de faire appel au service officiel qui se fera un plaisir de lui adresser un devis accompagné d'une offre d'échange.

#### POLITIQUE DU PRÊT-À-JETER

Cette stratégie est facilitée par l'absence de cadre légal contraignant les marques à garantir la disponibilité des pièces détachées. Les seules obligations se situent sur la durée de la garantie. Ainsi, on trouve sur le marché des marques qui n'hésitent pas à commercialiser des appareils sans disposer du moindre composant de rechange. Résoudre une panne devient alors très compliqué.

Heureusement, toutes les marques ne cèdent pas aux sirènes du prêt-à-jeter (*lire encadré*). En tête, on trouve surtout des marques réputées de gros électroménager, telles que Zug, Miele, Liebherr ou Schultess qui garantissent une disponibilité de leurs pièces détachées dépassant parfois 15 ans. Chez Electrolux, Bauknecht, Bosch/Siemens, on peut tabler sur une dizaine d'années au moins. Mais le gros du peloton est composé de marques d'appareils ménagers et d'électronique de loisir chez qui il est parfois impossible d'obtenir un élément après quatre ans déjà! D'où l'importance, avant l'achat d'un objet coûteux, de s'informer de sa durée de vie et de sa réparabilité en faisant notamment des recherches sur internet.

#### L'EXEMPLE DE LA LOI HAMON

Depuis le 1<sup>er</sup> mars 2015, les consommateurs français sont censés être mieux renseignés sur la durée de disponibilité des pièces de rechange avec l'adoption de la loi Hamon. Elle prévoit, entre autres, que cette information figure sur l'étiquette des produits de manière «isible et visible». Cette obligation légale est un bon moyen d'encourager l'achat d'articles plus durables. Mais, selon une enquête du magazine *Que Choisir*, son application laisse encore à désirer: un an après son entrée en vigueur, la nouvelle loi n'est respectée que par un quart des enseignes.

\*PARTENARIAT: La Bonne Combine – Réparations en tous genres, Prilly (VD), [labonnecombine.ch](http://labonnecombine.ch)



\*\*\*\*\* Zoom \*\*\*\*\*

#### Seb montre l'exemple

Le groupe Seb a annoncé que ses marques Seb et Rowenta s'engagent, désormais, à fournir des pièces détachées pendant dix ans pour tous les appareils commercialisés depuis 2012. Parallèlement à cette mesure, il a également revu sa politique tarifaire, afin de favoriser la réparation: le prix des pièces de rechange aurait chuté d'environ 30%. On peut également citer l'entreprise Fairphone qui commercialise un smartphone modulaire facilement démontable et réparable et qui, à terme, devrait être évolutif. Il faut souligner que c'est le seul fabricant de téléphones qui fournit directement des pièces pour ses appareils. Parmi les autres marques, il faut très souvent s'approvisionner sur le marché gris ou opter pour des éléments reconditionnés.

**KIOSQUE conso****Dans le thon, tout n'est pas bon**

Du mercure, de l'arsenic, des fragments de cœur et des traces d'ovocytes. Voilà ce que contenaient les quinze marques de boîtes de thon au naturel achetées par *60 millions de consommateurs* dans les supermarchés français. Dans toutes les boîtes, le labo a trouvé au moins du mercure, de l'arsenic et du cadmium, mais à des concentrations très différentes. Bonne nouvelle en revanche: il n'y avait pas de bisphénol A. L'analyse des tissus révèle que trois produits sur quinze présentaient des fragments de cœur et, pour l'un d'eux des traces d'ovocytes. Cela n'est pas illégal, mais néanmoins regrettable: ces conserves ne sont censées contenir que des morceaux de filets de thon. Malgré tout, *60 Millions de consommateurs* a jugé onze boîtes «très bon» ou «bon». Une est «acceptable», une «insuffisant», et deux «très insuffisant» le thon entier de Saupiquet, et le thon entier albacore de Pêche Océan. *seb*



*60 millions de consommateurs*, mai 2016

**Les édulcorants, pas mieux que le sucre**

Les industriels remplacent de plus en plus le sucre par des édulcorants, constate *Test Achats*. A leur avantage, ils ne contiennent que peu ou pas de calories et ne provoquent pas d'érosion dentaire. Mais ils n'ont pas que des côtés positifs. Les polyols, par exemple, subissent, dans le gros intestin, un processus de fermentation susceptible de provoquer des problèmes intestinaux. De plus, contrairement à ce qu'on pourrait penser, les édulcorants ne permettent pas de perdre du poids. Comme nous n'absorbons pas de sucre, et donc d'énergie, en les consommant, nous serions plus enclins à nous offrir rapidement un autre en-cas. Finalement, même si plusieurs études ont montré que les risques pour la santé sont sans doute très limités, nous n'avons pas de certitude totale quant à leur innocuité. Une recherche récente semble ainsi établir un lien entre la consommation de boissons édulcorées et le risque de lymphome et de leucémie. Les édulcorants ne sont donc pas la solution. Pour *Test-Achats*, les fabricants devraient plutôt diminuer progressivement le pourcentage de sucre de leurs produits. *seb*



*Test-Achats*, mai 2016

### PÂTISSERIES ET ALIMENTS POUR BÉBÉS: DANGER!

Les esters glycidyls d'acides gras (GE), qu'on trouve notamment dans la margarine, les pâtisseries ainsi que dans les préparations pour nourrissons, représentent, à moyenne et à haute consommation, un danger potentiel pour la santé, prévient l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA). En effet, lorsqu'ils sont ingérés, ils se transforment en glycidol, une substance

génotoxique et cancérogène. Les GE apparaissent pendant la transformation des aliments, en particulier lors du processus de raffinage à température élevée des huiles végétales, en particulier celle de palme. Note positive: les niveaux de GE dans les huiles et les graisses de palme ont diminué de moitié entre 2010 et 2015 grâce aux mesures adoptées par les producteurs. *seb*

Joey Boylan

**Belles promesses et bombe sucrée**

Plusieurs fabricants, dont Nestlé, Emmi, Coop et Migros ont signé, l'an passé, un accord «actionsanté» avec l'OFSP pour réduire la teneur en sucre de certains yogourts et mueslis. Quelle n'a donc pas été notre surprise de voir Migros ajouter récemment dans ses rayons



Rosilow - Sedlacek

définitives bombes de sucre! Les pots Passion Kiwi et Melon en contiennent respectivement 25 g et 27 g pour un poids total de 180 g. Tristan Cerf, porte-parole de Migros, rétorque que le distributeur tiendra ses engagements «actionsanté», mais en se concentrant sur certains produits de grande consommation, comme les yogourts classiques. Or, les Passion Kiwi et Melon n'en font pas partie, car ils appartiendraient plutôt à la catégorie des desserts et des aliments plaisir. *seb*

**TRAINS DAVANTAGE ACCESSIBLES EN 2024**

Au moins un train par heure et par direction avec des entrées à plancher surbaissé. C'est ce qu'exige une nouvelle directive de l'Office fédéral des transports pour le trafic ferroviaire grandes lignes. Les personnes à mobilité réduite peuvent se réjouir, mais devront néanmoins s'armer de patience. Car la mesure, qui entrera en vigueur le 1<sup>er</sup> juillet prochain, laisse aux CFF jusqu'en 2024 pour atteindre cet objectif. Plusieurs prescriptions commenceront néanmoins à être appliquées dès cet été. Elles concernent l'aménagement sans obstacle du matériel roulant et la mise en place de systèmes d'information des clients dans les gares. *bu*

Mirian©2009



## Cavaliers fair-play

Hue cocol! La Fédération suisse des sports équestres (FSSE) vient de mettre à jour le code de bonne conduite des cavaliers. Qui passeront au pas à l'approche de promeneurs sur les sentiers et circuleront à droite sur la route. A la tombée du jour, ils porteront des lampes visibles à l'avant et à l'arrière et équipieront leurs montures de guêtres réfléchissantes. Les routes et les pistes cyclables peuvent être empruntées par les cavaliers, mais pas les Parcours Vita: autant d'informations dans le guide à télécharger sur le site [fnch.ch](http://fnch.ch) → Cheval → Campagne. *chr*



## Genou suisse, prix suisses

«On m'a facturé 394.60 fr. une genouillère qui coûte 131 € sur internet. Elle sera, certes, remboursée par mon assureur accidents, mais est-ce normal?» s'emporte Tristan Boy de la Tour à Lausanne. «Nos tarifs sont basés sur la liste de prix de l'Association suisse des techniciens en orthopédie, explique Julien Bellon, directeur d'Orthokern. Nous devons nous fournir auprès de grossistes suisses en prévoyant une marge de 30%. Dans le cas de ce client, nous avons encore facturé 19.80 fr. pour

l'adaptation de l'attelle estimée à 15 minutes.» Pour Michaela Kozelka, porte-parole de l'Office fédéral de la santé publique, les tarifs d'un vendeur en ligne ne peuvent pas être comparés avec ceux d'une enseigne ayant pignon sur rue: «Cette dernière offre un conseil et un suivi personnalisé.» A noter que notre lecteur n'aurait rien gagné à vouloir faire économiser des sous à l'assurance accidents: celle-ci ne rembourse pas les médicaments et les moyens auxiliaires achetés à l'étranger. *chr*

### DES YAOURTS PAS SI GRECS

Alors qu'elle les imaginait au lait de brebis, Ariane Bondi s'est retrouvée avec des yaourts «à la grecque» au lait de vache. Quelle différence? En Grèce, il existe des variétés fabriquées aussi bien avec du lait de vache, de brebis que de chèvre. Et ce qu'on appelle «yaourt grec» en Suisse, se vend là-bas sous le terme de *straggisto*, ce qui signifie «essoré», précise Georges Smyrliadis, dirigeant de l'entreprise éponyme, spécialisée dans l'importation de produits grecs. A base de lait de vache, il passe par une étape d'égouttage durant laquelle le petit lait est évacué. C'est ce qui lui confère sa consistance solide et son goût acidulé. Ce procédé n'a rien à voir avec celui des yaourts dits «à la grecque». Si la base est aussi constituée de lait de vache frais, le fabricant ajoute de la poudre de protéine maigre, puis, après la fermentation, de la crème. Ces yaourts «à la grecque» n'ont donc de grec que le nom. *cade*

### LE JUGE a dit

#### Prothèse défectueuse: pas un accident!

La prothèse de hanche de X se brise, alors qu'il descend normalement de son véhicule. Son assurance considère qu'il ne s'agit pas d'un cas donnant lieu à des prestations d'accident, ce que confirme le Tribunal fédéral. Selon la loi, est réputé accident toute atteinte dommageable, soudaine et involontaire, portée au corps humain par une cause extérieure extraordinaire. Tel n'est pas le cas en l'espèce, puisque le sinistre est survenu à la suite d'un mouvement ordinaire de la vie courante. La rupture fait suite à une défectuosité de la prothèse: il s'agit donc d'un facteur purement interne à l'organisme qui n'a pas été provoqué par une cause externe et inhabituelle.

*Arrêt du TF 8C\_276/2015*

#### Harceleur puni

Amoureux éconduit d'une jeune femme, un individu a passé deux ans à l'appeler, la surveiller, contacter sa famille, ses amis et ses collègues pour répandre des propos calomnieux à son sujet. Le triste sire a même emménagé tout près du domicile de la malheureuse, afin de pouvoir l'épier en permanence.

Après des mois de calvaire et des centaines de messages et d'appels – anonymes ou non –, la jeune femme a finalement porté plainte pénale. Bien lui en a pris, car la justice a condamné le harceleur à dix mois de prison. Ce dernier a écoper d'un sursis à condition qu'il n'ait plus aucun contact ni avec la victime ni avec ses proches. De surcroît, la jeune femme a obtenu des dommages-intérêts et une indemnité pour le tort moral qu'elle a subi.

*Arrêt 6B\_211/2016*

# NOS GUIDES

SIMPLES,  
CLAIRS ET  
PRATIQUES

Seulement **32.50 fr.** (prix pour nos abonnés)



A commander  
également sur  
[bonasavoir.ch](http://bonasavoir.ch)  
→ Boutique

## ABONNEMENT à nos magazines

Bon à Savoir pour:

11 parutions: 35.50 fr.  
22 parutions: 66.00 fr.

TVA + frais de port inclus; prix pour  
la Suisse, sous réserve de modification.

**CONSEIL  
JURIDIQUE  
GRATUIT**


Marine Duruit

**DU LUNDI AU VENDREDI**  
**9 h à 11 h et de 13 h à 15 h**

Nos trois juristes, Silvia Diaz, Barbara Venditti et Kim Vallon répondent aux questions du quotidien, touchant à la consommation, au droit du bail et du travail.

Ce service est réservé aux abonnés de *Bon à Savoir*. Il exclut les questions urgentes et trop complexes. Préparez votre numéro d'abonné, il vous sera demandé.

**① PAR TÉLÉPHONE**  
021 310 18 20

**✉ PAR ÉCRIT**  
Bon à Savoir  
Service juridique  
CP 150  
1001 Lausanne

**🌐 EN LIGNE**  
Formulaires sur  
[www.bonasavoir.ch](http://www.bonasavoir.ch)  
→ Vos droits  
Joindre copie  
des pièces utiles.

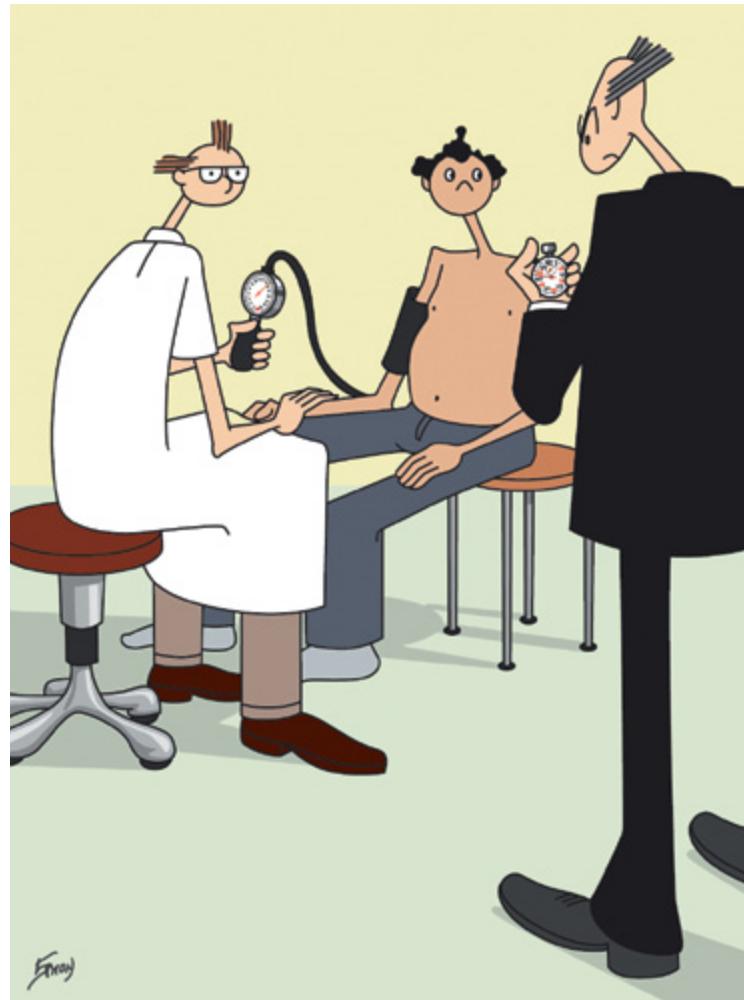
## Visite chez le médecin

**TRAVAIL** «Je suis allé chez le médecin pour un contrôle de routine durant mon temps de travail, et mon patron exige que je rattrape les heures manquées. En a-t-il le droit?»

**E**n principe pas, même si tout dépend de la situation. Légalement, l'employé qui se trouve en incapacité de travail n'a pas à compenser quoi que ce soit en raison de ses absences, et a droit à son salaire. Tel serait le cas pour un rendez-vous médical en urgence, que ce soit chez un médecin ou un dentiste.

En revanche, pour un rendez-vous planifiable – comme un contrôle –, la situation est moins claire. Il ne s'agit effectivement pas d'une incapacité de travail non fautive pour maladie ou accident, mais d'une absence pour d'autres motifs, que la loi ne régit pas expressément.

Dans un tel cas, l'employé est tenu au devoir de diligence. Il devrait donc fixer ce genre de rendez-vous de manière à empiéter le moins possible sur son temps de travail, soit hors des heures bloquées et/ou des jours d'activité professionnelle en cas de temps partiel. S'il lui est impossible de consulter un praticien hors de son temps de travail, il n'est généralement pas tenu à rattraper celles-ci.



De nombreuses entreprises précisent ces points dans le contrat de travail ou un règlement d'entreprise, et les conventions collectives les traitent également. De cette manière, l'employé est

fixé sur un éventuel devoir de rattrapage – même si ce n'est pas la règle – ou sur la question du paiement, ou non, du salaire pendant de telles absences.

*Barbara Venditti*

## Sous-locataire pas prioritaire

**BAIL** «Je sous-loue un logement depuis plus de vingt ans, avec l'accord de la gérance. Je verse le loyer directement au propriétaire. Le locataire principal souhaite se délier de ce contrat. La régie est-elle tenue de m'attribuer le logement en priorité?»

**N**on. En tant que sous-locataire, votre statut est précaire. Dans les faits, vous avez une relation juridique avec le locataire principal, mais rien avec le propriétaire. Si le bail est résilié et que vous souhaitez reprendre l'appartement, vous n'avez pas d'autre choix que de vous porter candidat. Mais votre

dossier pourra être refusé sans que la régie ait à donner la moindre justification. Car, à la conclusion d'un contrat de bail, c'est la liberté contractuelle qui prévaut: ainsi, le propriétaire peut choisir avec qui il souhaite se lier.

Il existe néanmoins quelques exceptions. C'est notamment le cas dans les six mois qui suivent un

mariage ou un partenariat enregistré: le conjoint du titulaire d'un logement peut adhérer au bail si les deux partenaires le demandent. De même, lors du décès du locataire, le contrat passe automatiquement à ses héritiers.

Mais en l'occurrence, vu que vous n'avez aucun lien de parenté avec la personne qui figure sur le

bail, vous ne pouvez pas prétendre à reprendre le logement à votre nom. Le fait que vous ayez payé les loyers directement sur le compte du propriétaire et la longue durée de votre sous-location ne suffisent malheureusement pas non plus à faire naître un contrat tacite entre vous et le bailleur.

*Silvia Diaz*



# Ça coûte la

## LINGETTES HUMIDES

Les douze produits testés respectent les normes légales. Plusieurs contiennent néanmoins des composants irritants ou problématiques pour la santé.

*Andreas Schildknecht / bu*

D'un point de vue dermatologique, l'essuyage à sec n'est pas toujours la meilleure option. Mais les lingettes humides, souvent jetées à tord au fond des WC, ne sont pas plus pertinentes (*lire encadré*). Il y a presque dix ans, nos confrères alémaniques de *K-Tipp* avaient découvert de nombreuses substances irritantes dans les marques les plus vendues dans les magasins. Aujourd'hui, les fabricants ont amélioré leurs recettes. Mais la majorité contient toujours des composants problématiques pour la santé: telles sont les principales conclusions du laboratoire que nous avons mandaté.

## LE FORMALDÉHYDE DEVIENT PLUS RARE

Sur les douze articles testés, trois reçoivent la mention «très bon»: ils sont quasiment exempts de substances indésirables. Parmi les



Nos tests et comparatifs partout et en tout temps: **téléchargez l'application**  
«Les tests de Bon à Savoir»

- De 5.5 à 6.0 pts = Très bon
- De 4.8 à 5.4 pts = Bon
- De 4.0 à 4.7 pts = Satisfaisant
- De 2.5 à 3.9 pts = Insatisfaisant
- Moins de 2.5 pts = Mauvais



MARQUE	DENNER	QUALITÉ & PRIX	DUCKIES	ROYAL COMFORT	FLORALYS
Désignation	Lingettes hygiéniques humides	Super Soft Classic	Natural Oecoplan	Lingettes humides avec camomille	Soft & gentle with camomille
Acheté chez	Denner	Coop	Coop	Landi	Lidl
Prix payé	1.45 fr.	2.30 fr.	2.80 fr.	2.30 fr.	1.39 fr.
Prix pour 100 lingettes	2.10 fr.	2.90 fr.	9.30 fr.	1.65 fr.	1.75 fr.
Formaldéhyde <sup>(1)</sup>	Non	Non	Non	Non	Non
Parfums allergènes <sup>(2)</sup>	Non	Non	Oui	Non	Non
Phénoxyéthanol <sup>(3)</sup>	Non	Non	Non	Oui	Oui
pH <sup>(4)</sup>	Doux	Doux	Doux	Doux	Doux

### NOTE FINALE ET APPRÉCIATION

6.0	6.0	5.5	5.0	5.0
-----	-----	-----	-----	-----

Si la note est identique, classement selon le prix.

<sup>(1)</sup> Déduction de 2 points en cas de présence.

<sup>(2)</sup> Déduction de 0.5 point par parfum faiblement allergène à une concentration supérieure à

<sup>(4)</sup> Déduction de 0.5 point si le pH est clairement au-dessus ou au-dessous de 5.

Egalement disponible chez: <sup>(5)</sup> Coop; <sup>(6)</sup> Manor; <sup>(7)</sup> Spar; <sup>(8)</sup> Volg; <sup>(9)</sup> Drogerie Müller. <sup>(10)</sup> D'après les fabricants,

# peau des fesses

neuf autres, huit renferment du phénoléthanol. Actuellement, la législation européenne autorise l'utilisation de ce conservateur à une concentration maximale de 1%. Il est suspecté d'être toxique pour la reproduction et le développement. L'Agence nationale française de sécurité du médicament et des produits de santé recommande, elle, un plafonnement de sa concentration à 0,4% pour les cosmétiques destinés aux plus de 3 ans. Et une absence complète dans ceux employés pour les bébés. Si les huit modèles ne dépassent pas la limite de 1%, ils vont bien au-delà des 0,4%. Raison pour laquelle nous les avons pénalisés d'un point.

Il y a dix ans, un autre conservateur avait été ajouté à la moitié des serviettes: le formaldéhyde. Dans notre test, il n'a été détecté que dans les *Lingettes imprégnées* de la marque Soft, vendues à Migros. Le laboratoire a décelé une dose de 8 mg/kg, ce qui est relativement faible et bien en deçà des limites légales. Nous avons néanmoins sanctionné ce produit de deux points, car le formaldéhyde reste problématique: même en petite quantité, il est irritant pour la peau et est considéré comme cancérogène.

Le laboratoire a également traqué les parfums qui peuvent poser problème. Deux articles ont écopé d'une pénalité de 0,5 point. Ils contenaient, chacun, un parfum faiblement allergène dont la concentration dépassait 10 mg/kg.

## D'ÉNORMES DIFFÉRENCES DE PRIX

La plupart des fabricants n'ont pas souhaité se prononcer sur les résultats du test. Aldi s'est contenté de relever que les concentrations étaient réglementaires. Tout comme la marque Hakle qui précise que le phénoléthanol protège les serviettes du développement de bactéries ou de champignons. Denner annonce, pour sa part, que les premières lingettes sans ce conservateur seront disponibles dans leurs magasins dès cet été.

De son côté, Migros affirme avoir modifié la composition de ses produits M-Budget et Soft.

Le phénoléthanol et le parfum coumarine ne sont désormais plus utilisés. L'abandon du formaldéhyde est aussi planifié. Mais l'enseigne rappelle que la substance peut être trouvée dans des concentrations plus importantes dans la nature. Et elle estime que le pH légèrement élevé des M-Budget, «ne s'écarte pas du pH moyen de la peau».

Les différences de prix sont, elles, affolantes. Alors que les lingettes de Denner, gagnantes du test, sont vendues 2.10 fr. les 100 feuilles, il faut débourser près de 10.80 fr. pour la même quantité de Duckies Classic vendues à Manor.

## Conseils

### Les lingettes ne sont pas la panacée

→ **Elimination:** les lingettes humides sont plus solides que le papier-toilette habituel. Elles ne se dissolvent pas aussi facilement dans l'eau et peuvent boucher WC et canalisations. Et c'est un vrai cauchemar pour les stations d'épuration! Après utilisation, la tentation est grande de les éliminer en tirant la chasse d'eau. Pourtant, leur place est avec les déchets ménagers.

→ **Jet d'eau:** un maniement quotidien de lingettes contenant des substances chimiques peut, à la longue, rendre la peau sujette à eczéma. Pour l'hygiène, rien ne vaut l'eau pure. Dans certains pays comme le Japon, un tuyau d'eau est parfois placé près des toilettes. Depuis quelques années, des WC douches sont aussi vendues en Suisse (lire «WC: et si l'eau remplaçait le papier?», TCF 4/2014).



SOLO	LOVELY	HAKLE	TEMPO	DUCKIES	M-BUDGET <sup>(10)</sup>	SOFT <sup>(10)</sup>
Papier-toilette humide camomille	Papier-toilette humide Cashmere	Humide propreté traitante	Lingettes humides avec camomille	Classic	Lingettes imprégnées	Lingettes imprégnées
Aldi 2.49 fr. 2.10 fr.	Spar 1.35 fr. 2.25 fr.	Migros <sup>(5, 6, 7, 8)</sup> 3.00 fr. 7.10 fr.	Coop <sup>(6, 7, 8, 9)</sup> 3.85 fr. 9.20 fr.	Manor <sup>(8, 9)</sup> 2.80 fr. 10.80 fr.	Migros 0.80 fr. 0.83 fr.	Migros 1.45 fr. 2.90 fr.
<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Oui</b>
<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Non</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
<b>Doux</b>	<b>Doux</b>	<b>Doux</b>	<b>Doux</b>	<b>Doux</b>	<b>Trop haut</b>	<b>Doux</b>
<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>5.0</b>	<b>4.0</b>	<b>4.0</b>

10 mg/kg. <sup>(3)</sup> Déduction de 1 point si concentration supérieure à 0,4%.  
la composition a été améliorée.

Test réalisé en partenariat avec K-Tipp.

50  
Jahre  
ans aussi  
**FUST**

Ingénierie  
**FUST**  
Et ça fonctionne.

## Grand jeu **FUST** Football [www.fust.ch/football](http://www.fust.ch/football)

Gagnez chaque jour un des nombreux prix d'une valeur totale de Fr. 200'000.-



Infos et adresses:  
0848 559 111  
ou [www.fust.ch](http://www.fust.ch)

Spécialiste pour tous les appareils électroménagers!

**Kipp**  
Testsieger  
Vainqueur / Vincitore  
K-Tipp Nr. 13/2015



seul.  
**129.90**  
Garantie petit prix

OptimalTEMP: la combinaison idéale entre vapeur et température

Exclusivité  
**FUST**

**PHILIPS**

Fers à repasser GC4912/31 Azur

- Forte pression-vapeur de 180 g/min • Grand réservoir d'eau pour repasser longtemps No art. 230511



seul.  
**499.-**  
au lieu de 599.-

-100.-

**SAMSUNG**

Aspirateur-robot POWERbot VR9000H

- Cyclone Force™: puissance d'aspiration 5 x plus élevée  
No art. 155161



seul.  
**99.90**  
Garantie petit prix

Vainqueur au test Kassensturz 04/2016

**BOSCH**

Centrifugeuse MES 25 GO

- Moteur de 700 watts • Entonnoir XL pour fruits entiers
- Tamis micro-filtre pour rendement de jus le plus élevé  
No art. 139858



seul.  
**599.-**  
au lieu de 699.-

100.- de rabais

Prépare le meilleur Café Crème et Espresso



+  
Une année de café gratuit d'une valeur de Fr. 106.80!\*



**Machine à café automatique**

ECAM 23.210.B

- Fonction «Mon café» No art. 370365

# Chauffage au sol inefficient : NOUS AVONS LA SOLUTION !!

## Il était une fois, le chauffage au sol...

Dès la première minute de mise en eau du réseau de chauffage au sol, le phénomène de corrosion s'amorce et forme des oxydes de fer (boue). Après plusieurs années, la quantité de cette boue est telle qu'elle commence à provoquer des désordres dans votre système de chauffage. De plus, les chauffages au sol posés depuis les années 1970 souffrent du matériel de base en plastique dont les stabilisateurs s'évaporent avec le temps et fragilisent l'étanchéité de l'installation.

**Résultat:** un embouement, un système de serpentins fragilisés, une baisse de chauffage aux endroits emboués et des risques de perforation.

### Le problème →

- > Le chauffage au sol a de la peine à chauffer.
- > La puissance thermique diminue.
- > La pression dans le système de chauffage chute.

### NOUS AVONS LA SOLUTION ! →

1. Nettoyage par sablage mécanique et évacuation de la boue et de la rouille par aspirateur.
2. Injection de résine par compresseur.
3. Séchage et remise en eau des serpentins.

### NOTRE PROCÉDÉ →

- 1 > Après démontage des boucles, nous installons un compresseur spécial affilié à un aspirateur à la sortie de chaque boucle.
- 2 > Nous injectons du sable à haute pression, qui enlève la boue et désincruste les serpentins.
- 3 > Les déchets et poussières sont dirigés vers l'aspirateur, puis nos techniciens constatent le parfait nettoyage.
- 4 > Un enduit (résine époxy) est injecté sur les parois internes des serpentins, afin de remplir les porosités et rendre la boucle étanche à l'oxygène.
- 5 > Après 48 heures de séchage, la remise en eau peut être effectuée.

### LES AVANTAGES

- > Rapide et économique.
- > Non invasif / inutile de casser chapes et carrelage.
- > Respectueux de l'environnement (déchets recyclés).

### L'ANALYSE

Par laboratoire mobile, notre équipe analyse la teneur en oxygène de l'eau et PH circulant dans les serpentins qui, si la valeur est trop élevée, est signe de fragilisation.

### CONTACTEZ-NOUS !

Si vous pensez que votre système de chauffage nécessite une intervention, n'hésitez pas à nous contacter. Ne soyez pas les acteurs passifs et payants de votre système de chauffage, agissez et réalisez ainsi des économies à terme.



Merci de me contacter pour :

- > une analyse de la teneur en oxygène
- > un devis gratuit et sans engagement
- > d'autres informations

Coupon à retourner à :

Solu'Tubes SA  
ch. des Cormiers 14  
1470 Estavayer-le-Lac

Mes coordonnées :

Nom

Prénom

Adresse, NPA, Localité

Tél.

E-Mail

**Solu'Tubes**

SA  
Assainissement de chauffage au sol

1227 CAROUGE  
Rue J-Girard 24  
T 022 368 30 04  
F 022 368 30 07

1470 ESTAVAYER-LE-LAC  
Ch. des Cormiers 14  
T 026 664 00 04  
F 026 664 00 07

1895 VIONNAZ  
Av. du Léman 8  
T 027 281 30 04  
F 027 281 30 07

[info@solutubes.ch](mailto:info@solutubes.ch) • [www.solutubes.ch](http://www.solutubes.ch)

**VU pour vous****Les méfaits du fluor**

Le fluor a longtemps été glorifié pour sa capacité à reminéraliser l'émail des dents, le rendant plus résistant aux attaques d'acide. Mais, comme le souligne le documentaire «Fluor, un ami qui vous veut du mal», il n'est plus en odeur de sainteté: en 2010, l'Organisation mondiale de la santé l'a classé parmi les 10 produits chimiques posant un problème majeur de santé publique. Au point de fixer une dose journalière maximale qui s'établit à 1 mg/jour pour les enfants et à 4 mg/jour pour les adultes. Quantités qui sont rapidement atteintes, sachant qu'on en trouve aussi bien dans le sel de table, certaines eaux ou même le thé. Et que les dérivés du fluor, les perfluorocarbures (PFC) se cachent un peu partout: chaussures, vêtements, poêles, etc. Selon une étude réalisée en France, 45% des enfants entre 4 et 12 ans ont des apports excessifs en fluor. Or, une surdose peut avoir de graves conséquences comme une fragilisation des dents et des os (fluorure osseuse) ou des retards neurologiques chez les enfants. Il est donc inutile, et même dangereux, de prendre du fluor en supplémentation. On veillera aussi à ne pas mettre davantage qu'une petite noisette de dentifrice sur la brosse à dents des enfants. *yng*

*Le monde en face, «Fluor, un ami qui vous veut du mal», 26 avril, France 5*

**Des fringues sans passeport**

24 avril 2013. L'effondrement des ateliers de confection textile du Rana Plaza, au Bangladesh, provoque la mort de 1130 ouvriers. La catastrophe met en lumière des conditions de travail misérables et le rôle que jouent les marques de vêtements. Pourquoi le consommateur n'est-il pas renseigné en toute transparence sur la provenance de ses habits? C'est la question à laquelle l'émission *Vox Pop* a tenté de répondre dans un reportage intitulé «Textile: made in opacité». La réponse est claire: les industriels n'ont aucun intérêt à améliorer la traçabilité de leurs produits, tant qu'ils n'y sont pas contraints. Ils seraient bien empruntés de devoir spécifier, par exemple, que le coton vient de Syrie, sachant qu'il participe au financement de l'Etat islamique qui en contrôle la production. L'étiquette devrait préciser aussi que l'assemblage du vêtement n'est pas fait en Europe, mais que le «made in France» ou «made in Italy» ne reflètent que le lieu de création du produit... *yng*

*Vox Pop, «Textile: made in opacité», 17 avril, Arte*

**CHAISES HAUTES POUR ENFANTS**

Le magazine allemand *Öko-Test* a examiné dix chaises hautes évolutives en bois, qui s'adaptent au fur et à mesure que l'enfant grandit. L'objectif était de vérifier qu'il soit correctement assis et qu'il n'entre pas en contact avec des composantes toxiques. Le siège parfait n'existe pas, mais trois produits ont été jugés «bon». L'*Alpha Plus* de Hauck est une chaise de qualité et bon marché. Le classique *Tripp Trapp* de Stokke coûte bien plus cher (259 fr.), mais il est particulièrement apprécié pour sa sûreté. Le modèle *Tissi* de Ticaa en hêtre massif a été bien évalué, même s'il ne supporte qu'un poids maximal de 25 kg.

*Öko-Test (5/16), oekotest.de*

**Top 3**

- 1. Hauck**  
*Alpha Plus, walnut*, 79 fr.
- 2. Stokke**  
*Tripp Trapp + kit bébé, rouge*, 259 fr.
- 3. Ticaa**  
*Tissi, hêtre massif, nature + kit ceinture*, 166 fr.

**TOURNE-DISQUES**

L'acoustique rétro des platines enchanter les mélomanes. Mais attention à ne pas acquérir un tourne-disque qui altère le son, au lieu de le valoriser. Le magazine anglais *Which?* en a évalué vingt et un et conclut que la qualité dépend du prix. Le modèle phare du test est le *RPI* de Rega, qui a obtenu une note de 5/5 pour le son. A noter qu'il n'est pas pourvu d'un port USB permettant de convertir les vinyles en format digital. Le *VinylPlay* de Flexson et le *TN-300* de Teac offrent également un rendu remarquable. Il faudra cependant acheter le logiciel de digitalisation en plus.

*Which? (5/16), which.co.uk*

**Top 3**

- 1. Rega**  
*RPI*, 390 fr.
- 2. Flexson**  
*VinylPlay*, 369 fr.
- 3. Teac**  
*TN-300*, 390 fr.

**ÉCLAIRAGE POUR VÉLO**

Le TCS a testé huit dispositifs d'éclairage pour bicyclette. Les critères sont: le maniement, l'éclairement lumineux du phare avant (ce que les autres voient), l'éclairage (ce que le cycliste voit) et la robustesse. Les résultats sont bons, mais certains produits – et pas forcément les plus chers – sortent du lot. Le modèle *Urban 800 Bike Headlight* de la marque Light & Motion est d'excellente qualité. Son éclairage et sa visibilité sont irréprochables, mais son prix est élevé: entre le phare avant (160 fr.) et arrière (50 fr.), il faut débourser 210 fr.! Le coup de cœur du TCS? Le set *20LUX* de ProFEX. Il ne fait certes pas partie du Top 3, mais il est efficace et très bon marché (33 fr. tout inclus).

*Touring (4/16), tcs.ch*

**Top 3**

- 1. Light & Motion**  
*Urban 800 Bike Headlight*, 160 fr./50 fr.
- 2. knog**  
*Blinder ARC 1,7*, 70 fr./29 fr.
- 3. Busch + Müller**  
*IXON Pure*, 100 fr./ incl.

**APPAREILS PHOTO COMPACTS**

Le choix d'un appareil compact dépend des conditions dans lesquelles on souhaite prendre des photos. Quinze modèles à superzoom se retrouvent sur le banc d'essai du magazine belge *Test-Achats*. Ils sont tous dotés d'objectifs fixes puissants. Les *PowerShot SX710 HS* de Canon et *Coolpix S9900* de Nikon arrivent en tête. Tous les deux sont de bonne qualité, légers et permettent de prendre des clichés réussis. Le *Coolpix P900* de Nikon les suit de près, avec un prix bien plus salé. A noter que le magazine a également évalué dix compacts à grand capteur et huit bridges. Le Canon *PowerShot G7* et le Panasonic *Lumix DMC-LF1* se sont distingués dans ces deux catégories respectives. *cade*

**Top 3**

- 1. Canon**  
*PowerShot SX710 HS*, 241 fr.
- 2. Nikon**  
*Coolpix S9900*, 220 fr.
- 3. Nikon**  
*Coolpix P900*, 534 fr.

*Test-Achats (5/16), test-achats.be*

**MEILLEURS PRIX**  
trouvés en ligne ou  
dans les commerces.



Andrea Carolina Sanchez Gonzalez\_1

**Drôle de notion de la normalité***A propos de notre test «Trop de sachets boivent la tasse» (4/16)*

**A** la suite de votre test sur les thés, j'ai écrit à l'adresse de Twinings qui se trouve sur le paquet et envoyé aussi le test de Bon à Savoir. J'ai fait part de mon étonnement que ce thé soit si mal classé et que je ne le consommerai plus. Dans sa réponse, la maison Wander semble trouver cela presque normal!

Hélène Grand

*Comme nous l'avons indiqué dans notre article, notre équipe de tests a contacté la maison Twinings qui a répondu qu'il n'existe pas de limite légale ni de valeur maximale. La concurrence prouve pourtant qu'il est possible de se passer de telles substances et, par conséquent, inutile de s'y exposer.*

La rédaction

**Biberons à confusion***A propos de notre article «Bisphénol A: la Suisse s'aligne!» (5/16)*

**L**e sujet est inquiétant. J'utilisais jusqu'alors des biberons de la marque Bibi, pour mon bébé âgé de dix mois, qui sont censés être exempts de bisphénol A. J'ai appris que le symbole «7» indiquait que le plastique était pourtant susceptible d'en contenir. A ma grande surprise, j'ai découvert que celui-ci figurait sur le fond de ces mêmes biberons! N'est-ce pas un peu contradictoire? Ont-ils le droit de mettre l'indication «Sans bisphénol A», alors que ce n'est pas totalement vrai? Quelle confusion! Depuis, j'ai examiné des biberons en plastique d'autres marques qui indiquent simplement «0% BPA» sans autres symboles contradictoires. Nous voulons tous évidemment le meilleur pour nos enfants et, là, je me sens comme trahi par la marque Bibi qui, à mon avis, n'est pas totalement transparente sur ce point.

Sylvie Dimas

*Le symbole «7» regroupe divers plastiques. On trouve notamment le polycarbonate (PC), qui pose des problèmes en relâchant du bisphénol A (BPA), mais pas seulement. Dès le moment où la marque précise que ses biberons sont exempts de BPA, tout porte donc à croire qu'elle n'utilise pas de PC, mais d'autres matériaux englobés par le symbole «7». Dans votre cas, il n'y a pas de raison de suspecter la présence de BPA. D'autant que Bibi vend également ses produits en Europe où cette substance est interdite dans les biberons depuis 2011.*

La rédaction

**Adieu l'ISDN ou presque...***A propos de l'article en ligne «Passage à l'IP: clients Swisscom sous pression» du 19.4.16*

**J'**aimerais vous relater un épisode piquant du passage de Swisscom à l'IP. Disposant d'une ligne ISDN, j'ai été approché par Swisscom pour passer vers un abonnement IP. Le vendeur a insisté en affirmant je ne pourrai plus utiliser ma ligne ISDN dès la fin de l'années. Après d'intenses réflexions, j'ai alors opté pour un abonnement Viva M. Le vendeur était satisfait d'enregistrer mon inscription jusqu'à ce que, quatre jours plus tard, il me contacte pour m'expliquer qu'il était impossible de prendre un tel pack. Motif: il n'y a plus de place sur le terminal auquel je suis relié. Tout à coup, le vendeur s'est voulu rassurant en déclarant qu'il y avait encore bien d'autres secteurs obsolètes avant que les lignes ISDN ne soient fermées! Que se passera-t-il si on supprime néanmoins ce service? Devrai-je renoncer à l'internet et au téléphone fixe?

Michel Giordano

**Un peu courte, la recharge!***A propos de notre test «Les écrits ne restent pas toujours...» (4/16)*

**J'**e suis une accro des mots fléchés et apprécie donc les stylos munis d'un effaceur. J'utilisais le Pilote Frixion et pouvais acheter les cartouches de recharge. Mais voilà, ces dernières sont très chères et ne sont remplies qu'aux deux tiers. Et, à la fin quant il reste un peu d'encre, cela ne marche plus! C'est un peu gruger le client, non? Donc, je reprends le Paper Mate Replay qui est à mon avis le meilleur, mais hélas plus difficile à trouver.

Ruth Lanzoni

**Des prix réconciliants***A propos de la publication du courrier lecteur «Et à l'étranger...» (4/16)*

**L'**article concernant le prix du Sintrom et de l'Aspirine Cardio m'a beaucoup intéressé. Avec mon épouse, nous nous sommes renseignés dans une pharmacie située à un saut de puce de notre domicile, à Prévessin (F). L'emballage Sintrom 1 Mitis ne contient qu'une seule tablette de 20 pastilles pour le prix de 1.91 €, alors que l'emballage acheté en Suisse est vendu 7.20 fr. les 100 comprimés. Ce qui signifie que le prix à l'unité est comparable. Le constat pour l'Aspirine Cardio est semblable. En ce qui concerne ces deux médicaments, on ne peut donc pas parler de surenchère des prix dans nos pharmacies suisses.

Arthur Räber

**Ecrivez-nous****UN ARTICLE VOUS FAIT RÉAGIR?**

Votre avis nous intéresse.

➤ Bon à Savoir  
Courrier des lecteurs  
CP 150 – 1001 Lausanne

➤ [info@bonasavoir.ch](mailto:info@bonasavoir.ch)

## Les enquêtes

Sur notre site, retrouvez toute l'**actu conso** et les **enquêtes** que notre rédaction publie chaque jour ouvrable sur un sujet original et pratique. Extraits de ceux qui ont fait réagir sur les réseaux sociaux.



Buchkin Alexander |

### Plus sucré que le Coca-Cola

La marque Emmi promeut de nouvelles boissons protéinées. Le hic? Elle oublie de préciser qu'elles contiennent plus de sucre que le Coca-Cola.

→ Détails dans l'enquête du 20 mai 2016



Shutterstock |

### Les facéties coûteuses du billet de 50 fr.

L'introduction du nouveau billet de banque n'est pas sans conséquences. En effet, tous les distributeurs automatiques doivent être modifiés, ce qui engendre des coûts élevés.

→ Notre rédaction vous explique pourquoi dans l'enquête du 2 mai 2016

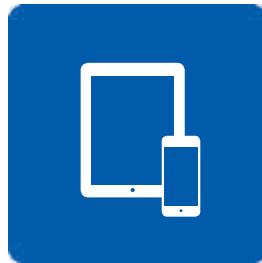
## Suivez-nous



Bon À Savoir



@mag\_bonasavoir



BAS-Magazine

## Contactez-nous

### Secrétariat de la rédaction

- ⌚ 021 310 01 36  
8 h à 18 h (17h le vendredi)  
✉️ info@bonasavoir.ch  
✉️ CP 150, 1001 Lausanne

### Service abonnements

- ⌚ 021 310 01 37  
✉️ abo@bonasavoir.ch  
✉️ CP 240, 1001 Lausanne

## Prochains numéros

**BON À SAVOIR**



N° 7/8 | Dès le 29 juin 2016

### CRÈMES SOLAIRES

Test de douze produits pour les enfants

### EAUX MINÉRALES

Vingt bouteilles à l'épreuve du labo

**TOUT  
COMpte  
FAIT.**

N° 6/7 | Dès le 15 juin 2016

### POMPES À CHALEUR

Valables aussi en cas de rénovation?

### AVIS SUR LE NET

La crédibilité de TripAdvisor & Co



Protection  
juridique dès  
CHF 63.-  
**Vainqueur du test**  
**A BON**  
**ENTENDEUR !**

## NETTE VICTOIRE AUX POINTS

**Toujours une longueur d'avance :**  
dans la catégorie prestations/prix, l'indépendante  
Dextra Protection juridique bat tous ses rivaux.

Tenez vous aussi vos adversaires à distance !  
Appelez dès maintenant le **044 296 60 60**  
Ou concluez vous-même sur **www.dextra.ch**