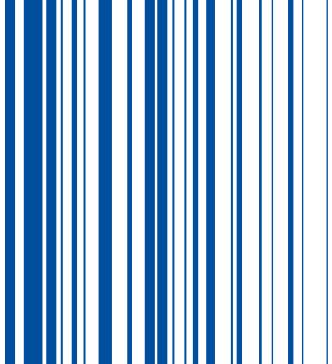


BON À SAVOIR



TEST pages 6-7



Getty

Vélos pour enfants Le bon marché à la peine



9 771424 663003

Service juridique gratuit

réservé aux abonnés

021 310 18 20

SPORT ET CULTURE

Les bons plans à la maison

10

INTERNET

Gare aux avis bidonnés!

17

VACANCES

Et si on découvrait l'autre Suisse?

20

FITNESS

Pandémie et abonnements

27

NOS TESTS DU MOIS

- Vélos pour enfants
- Détachants
- Crèmes de nuit
- Lave-linge

NOS GUIDES

SIMPLES
CLAIRS
PRATIQUES

Inclus rabais de 5 fr. par guide pour nos abonnés

JE COMMANDE: 021 310 01 37 | info@bonasavoir.ch | www.bonasavoir.ch/boutique



<input checked="" type="checkbox"/> Toutes vos assurances	37.50 fr.
<input type="checkbox"/> Gardez la ligne! Les recettes	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Le guide pratique du locataire	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Le guide des successions	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> La famille et ses droits	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Comment déclarer ses impôts	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Vite dit... Pas toujours prouvé!	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Conso - boulot - bobos	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Le couple devant la loi	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Je deviens propriétaire	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Le guide de la PPE et du voisinage	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Les trois piliers	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Préparez votre retraite	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Vos droits au travail	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Au secours, j'ai des dettes!	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Poisons quotidiens	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> Aïe, mon dos!	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> 1, 2, 3, bougez!	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> 90 lettres types, vol. I	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> 90 lettres types, vol. II	32.50 fr.
<input type="checkbox"/> 90 lettres types, vol. III	32.50 fr.

TVA + frais d'envoi inclus, sous réserve de modification.

Je ne suis pas abonné(e) à *Bon à Savoir*,
chaque guide me coûtera 5 fr. de plus.

Mon adresse

Nom _____

Prénom _____

Rue/N° _____

Code postal/Ville _____

N° d'abonné (si existant) _____

N° de téléphone _____

E-mail _____

Date _____

Signature _____

5/20

Coupon à renvoyer à *Bon à Savoir*, Service des commandes
Rasude 2 – Case postale 240 – 1001 Lausanne
Par fax: 021 310 01 39

ABONNEMENT à Bon à Savoir

Je m'abonne pour:

- 1 an** (11 parutions): **42.50 fr.**
- 2 ans** (22 parutions): **80.00 fr.**

JE M'ABONNE

021 310 01 37 | abo@bonasavoir.ch | www.bonasavoir.ch/abonnements

**6****EN UNE****Vélos pour enfants**

Roulez jeunesse!

**19****COMPARATIF****Cartouches d'encre**

Des astuces pour imprimer moins cher

**22****TEST****Crèmes de nuit**

Elles ne vendent pas du rêve

**30****CONSEILS JURIDIQUES****26 Travail**

Employés de maison et pandémie

Sommaire**9 Vêtements**

Le plastique est un véritable fléau

10 Sport et culture

Les bons plans du confinement

13 Domotique

Les serrures connectées sous la loupe

17 Internet

Gare aux avis bidonnés!

18 Diététique

L'épidémie nommée surpoids

20 Vacances

Et si on découvrait l'autre Suisse?

26 Travail

Employés de maison et pandémie

27 Abonnements

Fitness, loi et corona

33 Enfants

Nos chères têtes plates

35 Lave-vaisselle

Quand l'eau mêle son grain de sel

TESTS**6 Vélos pour enfants****14 Détachants****22 Crèmes de nuit****28 Lave-linge****COMPARATIFS****19 Cartouches d'encre****25 Assurances construction**

Impressum**Service abonnements**

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

Abonnement

1 an (11x/an): 42.50 fr.
2 ans: 80.00 fr.
Vente en kiosque: 6.00 fr.

Offre combinée «Bon à Savoir» et «Ma Santé», internet uniquement: 68.00 fr./an

Rédacteur en chef

Pierre-Yves Muller (pym)

Rédacteur en chef adjoint

Yves-Noël Grin (yng)

Rédaction

Alexandre Beuchat (ab)

Sou'al Hemma (sh)

Claire Houriet Rime (chr)

Sandra Porchet (sp)

Sébastien Sautebin (seb)

Ont collaboré à ce numéro

Jonas Arnold

Darko Cetojevic

José Crespo

Doris Favre

Christophe Inaebnit

Sabine Rindlisbacher

Dominique Schütz

Sophie Sokcic

Michael Soukup

Simon Tschopp

Darrin Vanselow

Beatrice Walder

Julia Wyss

Mise en pages

Audrey Chevalley

Florent Colliaud

(web et infographie)

Correction

Christiane Droz

Permanence juridique

④ 021 310 18 20

Tous les jours de 9 h à 13 h

Catherine Amiguet (ca)

Timko Chatagnat (tc)

Silvia Diaz (sd)

Kim Vallon (kv)

Secrétariat de rédaction et marketing

Av. de la Rasude 2

CP 150, 1001 Lausanne

④ 021 310 01 36

Tous les jours de 8 h à 17 h

Fax 021 310 01 39

www.bonasavoir.ch

E-mail: info@bonasavoir.ch

Alessia Berjano

Lidia Brandalise

Publicité

KI Media S.à r.l.

CP 150, 1001 Lausanne

④ 021 310 18 21

CP 75, 8024 Zurich

④ 044 253 83 53

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

423 000 (MACH Basic 2019-2)

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

Editorial

Nouveau monde



La fin du confinement commence à peine à se dessiner et, avec elle, le contour de ce à quoi ressembleront nos vies dans ce nouveau monde qui s'annonce pour les mois à venir.

En quelques semaines, nos habitudes de consommateurs ont radicalement changé. Les commandes sur internet ont remplacé la visite dans de nombreux commerces (attention aux arnaques, *lire brève en page 5*), nous apprenons à faire la file dans les supermarchés où la limite de nos cartes de paiements sans contact et sans code a passé de 40 à 80 francs (*lire en page 5*).

Confinés à la maison, nous avons improvisé des espaces de travail et rebranché nos imprimantes (*lire en page 19*), certains goûtent aux musées et concerts virtuels ou ont troqué leur fitness contre des cours en ligne (*lire en page 11*).

Si nous pouvons déjà nous réjouir de retrouver marchés, musées ou restaurants dès le 11 mai, tout comme théâtres, cinémas et piscines dès le 8 juin, une question récurrente occupe les esprits pour le plus long terme: où nous échapperons-nous cet été?

Au moment où nous écrivons ces lignes, difficile d'envisager de quitter la Suisse en juillet ou en août. Il est donc fort probable que la résolution de cette énigme passe par la redécouverte de notre pays. Nous avons fait une sélection de plusieurs destinations pour quelques heures ou quelques jours, et surtout pour changer d'air sans nécessairement aller trop loin (*lire en page 20*).

A défaut de passer la douane, nous vous proposons de franchir les frontières linguistiques. Que ce soit par le Grand Tour de Suisse, 1600 kilomètres sur les chemins de traverse, dans une piscine zurichoise perchée sur le toit de l'ancienne Brasserie Hürlimann après la visite du Museum für Gestaltung, les spectaculaires remontées mécaniques au-dessus de Seelisberg avant une plongée dans l'histoire du Grütli, ou l'étourdissante richesse des musées de Winterthur.

Au-delà de toutes ces questions, de nombreuses autres demeurent pour un très grand nombre de travailleurs et d'indépendants dont la situation a été mise à mal par cette pandémie. Nos juristes continuent à répondre à toutes vos interrogations, et vous pouvez retrouver leurs conseils dans notre dossier spécial sur bonasavoir.ch/coronavirus, pour vous aider à faire valoir vos droits et vous guider vers les meilleures solutions.

Pierre-Yves Muller
Rédacteur en chef



Pas de lockdown pour les tiques

A l'heure du confinement, la forêt devient un lieu privilégié pour prendre l'air et bouger en mode «distanciation sociale». Obnubilés par le coronavirus, nous risquons toutefois d'oublier que les tiques ne sont, elles, pas soumises à l'isolement. Au contraire, elles sont actives à partir d'une température de 8 degrés et jusqu'à 2000 mètres d'altitude. Il est donc nécessaire de se souvenir de quelques gestes simples pour se protéger: porter des manches et des pantalons longs, de préférence clairs, afin de mieux pouvoir détecter les bestioles. Avoir recours à des sprays antitiques pour la peau et les vêtements. Enfin, bien contrôler son corps après une promenade. De plus amples informations sont disponibles sur le site de la Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques, zeckenliga.ch, au chapitre prévention. *sp*



COURRIERS D'AMAZON: COMMENT BIEN RÉAGIR

De nombreux consommateurs ont reçu récemment un courrier – rédigé en allemand – de la société Arvato, leur enjoignant de payer une facture d'Amazon en retard. Certains d'entre eux ont reçu auparavant un colis qu'ils n'avaient pas commandé, d'autres n'ont rien reçu et, enfin, plusieurs victimes ne possèdent même pas de compte Amazon. Or, les courriers semblent authentiques, puisque Arvato travaille bien pour le géant américain. Nous vous conseillons de ne rien payer et de prendre contact au plus vite avec Amazon, afin de tirer les choses au clair. Si vous n'avez effectivement pas passé de commande, il ne peut s'agir que d'une erreur ou d'une arnaque. Une technique crapuleuse bien connue (arnaque au colis) consiste, par exemple, à commander de la marchandise au nom de la victime et à voler le paquet dans sa boîte à lait. A noter que si le géant américain demande de renvoyer un colis non commandé, il doit permettre aux personnes concernées de le faire gratuitement, en leur fournissant des timbres ou un crédit. En cas d'arnaque, nous vous conseillons de porter plainte auprès de la Police et de mettre le document à disposition d'Amazon. *seb*

DE BEAUX GESTES POUR LES FANS DE SPORT

Les retransmissions de sport en direct, c'est temporairement fini. Les clients des chaînes payantes doivent pourtant continuer de régler leurs frais d'abonnement. Par exemple, le service de streaming Dazn n'a diffusé que des rediffusions et des documentaires sportifs en mars. Les clients n'ont pourtant reçu aucune compensation. Pas mieux de la part de Sky en Suisse, alors que les clients sont dédommagés en Allemagne. Certains se montrent toutefois plus conciliants. UPC a décidé d'offrir aux clients de MySports Pro les frais d'abonnement (25 fr.) pour le mois d'avril. Ceux-ci recevront également une note de crédit d'une valeur de 89.40 fr. qui leur permettra de consulter tous les contenus de Sky Show durant six mois. De son côté, Teleclub a également renoncé à faire payer l'abonnement pour son offre sportive pour le mois d'avril. *cet / bw / ab*



Photos: Getty

Paiement sans contact, mais pas sans risque

Le paiement sans contact est facilité pour des raisons sanitaires. La limite de paiement, sans saisir son code PIN, est passée, depuis la mi-avril, de 40 fr. à 80 fr. La mesure restera en vigueur jusqu'à nouvel ordre. Les prestataires de cartes bancaires disent ainsi suivre la volonté des consommateurs, qui craignent d'être contaminés par le coronavirus en touchant des billets et des pièces de monnaie ou en tapant leur code sur un terminal. Cette technologie n'est toutefois pas sans risque. En cas de perte, le voleur peut faire plusieurs petites transactions dans un délai très court. Il est d'autant plus important que la carte soit toujours conservée en sécurité et qu'elle soit immédiatement bloquée en cas de perte ou de vol. Autre mesure de précaution: toujours vérifier le montant affiché sur l'écran au moment du paiement. Il est par ailleurs possible, pour des raisons de sécurité, de demander à sa banque de désactiver la puce NFC de sa carte de débit. La fonction sans contact des cartes de crédit ne peut, en revanche, pas être désactivée. *ab*

Roulez jeunesse!

VÉLOS POUR ENFANTS Les trois meilleurs sont certes plus chers, mais ils sont légers et bien construits. En queue de peloton, deux modèles ont été mal notés en raison de leur poids ou de la faiblesse de leur freinage. *Jonas Arnold / sh*

On pourrait croire que les vélos pour enfants se distinguent avant tout par leur look. Notre test montre pourtant qu'il y a de grandes différences de qualité. Destinés généralement aux bambins âgés de 7 à 10 ans, huit vélos équipés de roues de 20 pouces ont été mis à l'épreuve. Un test pratique a été mené avec l'aide d'une classe de vingt élèves, tandis que deux experts ont évalué la capacité de freinage, l'ergonomie ainsi que la qualité de fabrication (*lire «Les critères du test»*).

Les modèles de Flizzi et Naloo se partagent le maillot jaune, plébiscités aussi bien par les enfants que les experts. Ces derniers ont particulièrement aimé la conception évolutive et la qualité globale du

Flizzi. «C'est un vélo qui peut tenir plusieurs générations d'enfants», souligne Marius Graber, expert pour le magazine *Velojournal*. Le Naloo Chameleon a surtout emballé les élèves qui ont trouvé les vitesses très simples à changer et les montées faciles à gravir. Cette impression ne doit rien au hasard: avec un poids de 8,5 kg, le Naloo est le plus léger de tous. Seul hic: un prix de 499 fr. qui le place, avec le Flizzi, parmi les plus coûteux de notre sélection.

Le Early Rider Seeker 20, qui termine sur la troisième place du podium, est encore plus cher. C'est un vélo que les experts ont bien noté en raison de son équipement et de sa qualité de fabrication. Son prix fait néanmoins tousser (749 fr.), d'autant que les élèves ont trouvé que ses vitesses n'étaient pas faciles



Les meilleurs vélos sont aussi les plus légers.

à changer. De surcroît, sa selle était trop basse pour les plus grands garçons de la classe.

Particulièrement bon marché, le Btwin Rockrider ST120 de Decathlon a tout juste obtenu la mention finale «satisfaisant». Son ergonomie convient mal aux enfants de petite taille, son poids est élevé, alors que son équipement a été le plus mal noté de tous. En revanche, ses freins font correctement leur travail.

DES DISQUES À L'EFFICACITÉ LIMITÉE

Ce n'est hélas pas le cas du système de freinage du California MTB Memphis. Seul vélo avec le Early Rider à être équipés de disques, sa distance de freinage était beaucoup trop longue, selon les experts. Il a également été jugé trop grand et inconfortable pour les enfants à qui il est destiné. Autant de raisons pour lesquelles il doit se contenter de la mention

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	Flizzi
Acheté chez	Veloplus
Prix payé	499 fr.
Poids	9.6 kg
1. Test pratique	20% ¹
2. Freins	20% ¹
3. Ergonomie	20% ¹
Equipement	20% ¹
Poids	20% ¹
Note finale	5.1
Appréciation	Bon

Vélos pour enfants



FLIZZI

20 pouces, bleu
Veloplus
499 fr.
9.6 kg
5.1
5.0
5.7
5.1
4.9
5.2

NALOO

Chameleon
Magasin spécialisé
499 fr.
8.5 kg
5.2
5.3
5.2
4.8
5.7
5.2

EARLY RIDER

Seeker 20
Ochsner Sport
749 fr.
9.1 kg
5.0
5.3
4.5
5.4
5.2
5.1

SCOTT

Scale 20
Ochsner Sport ²
369 fr.
10.9 kg
4.9
5.5
4.4
4.9
3.9
4.7



Conseils d'achat

En détail

Veiller aux détails

Plus un vélo d'enfant est léger, mieux c'est. Il est également recommandé de prêter attention aux points suivants.

- **Cadre** Qu'il s'agisse d'une fille ou d'un garçon, mieux vaut opter pour un cadre doté d'un tube central bas, afin que l'enfant puisse descendre de selle rapidement et facilement, surtout en cas de freinage brusque ou de danger.
- **Vitesses** Quoi que le vendeur dise, trois vitesses sont généralement suffisantes, à moins de rouler régulièrement dans des zones vallonnées.
- **Réglages** On règle la selle de manière à ce que les pieds de l'enfant touchent facilement le sol. Le guidon doit être placé plus haut que la selle, afin que son dos soit droit et détendu. Cela lui permet également d'avoir une meilleure vue d'ensemble, de manœuvrer plus sûrement et de moins se fatiguer.
- **Guidon** Quand on pivote le guidon à 90 degrés, la distance entre la poignée et la selle devrait osciller entre 5 et 10 cm. Idéalement, les poignées devraient être bien protégées contre les chocs à leur extrémité.
- **Eclairage** Les dynamos dites «bouteille», montées sur le côté de la roue, sont simples et bon marché. Mais elles fonctionnent moins bien lorsque les pneus sont mouillés, et leur fiabilité n'est pas très élevée. Plus légères, les dynamos intégrées au moyeu font nettement mieux, tout en offrant moins de résistance au pédalage. Pour des raisons de sécurité, on préférera un système qui permette — grâce à un condensateur, par exemple — de laisser les phares allumés quelques minutes en cas d'arrêt.

finale «insatisfaisant». Jumbo, qui commercialise la marque California, affirme que les freins et la taille de ce modèle vont être réexaminés.

Le bilan du Crosswave Speedy n'est pas meilleur, bien que son freinage soit un poil plus efficace. Son poids (12,3 kg) est très élevé et l'axe de son pédalier est si bas que les pédales touchent facilement le sol. Migros annonce que le poids et la taille de ce vélo vont être améliorés.

Les critères du test

Les huit vélos ont été évalués selon les critères suivants.

1. Test pratique

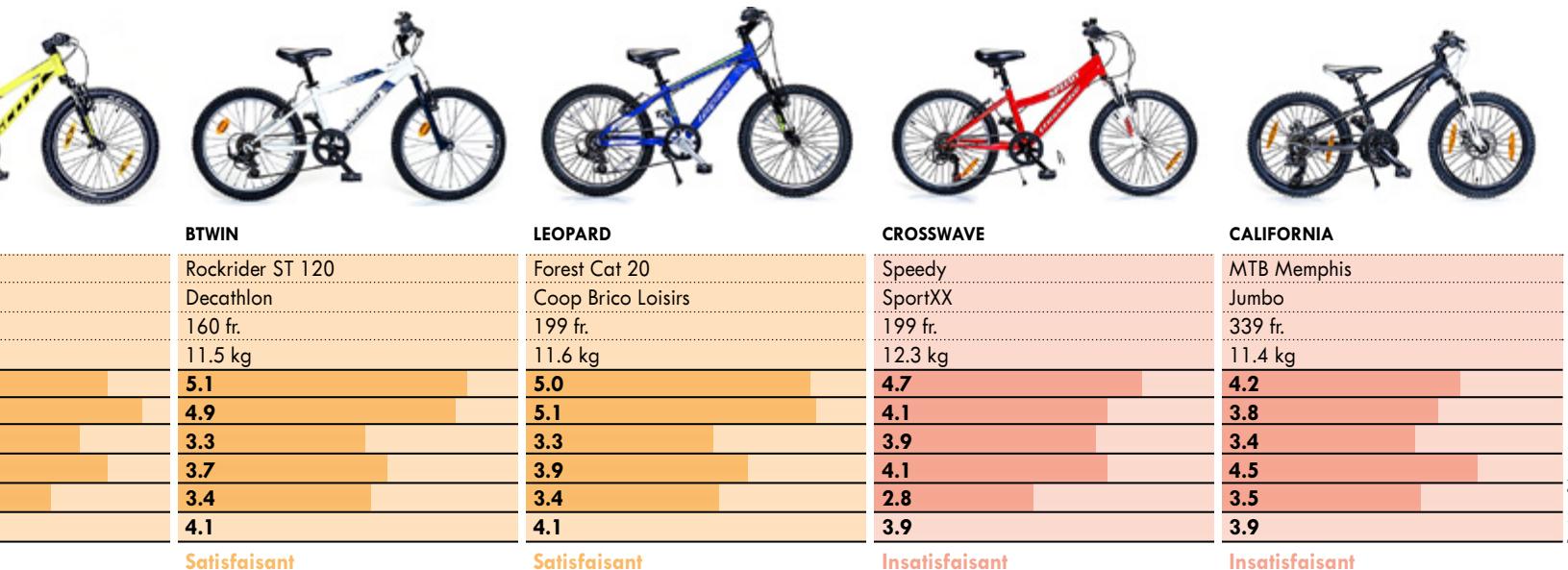
Une classe de vingt élèves a testé tous les modèles sur un parcours composé notamment de lignes droites et de légères montées. Chaque enfant a ensuite évalué, avec l'aide d'experts, le confort, le freinage ainsi que le changement de vitesses de chaque vélo.

2. Freins

Deux spécialistes ont mesuré la force nécessaire pour s'arrêter, ainsi que la distance de freinage.

3. Ergonomie

Les experts ont mesuré la distance entre la selle, les pédales et le sol. Ils ont ensuite évalué dans quelle mesure le vélo s'adapte à différentes tailles. Ils ont également examiné la qualité des différentes pièces.



DE QUI SE MOQUE-T-ON?

ET ÇA NE FONCTIONNE PAS...

Le 11 novembre 2019, Gérard Fleury achète deux commutateurs HDMI à la succursale Fust de Porrentruy. Comme l'un des deux appareils ne fonctionne pas, il le ramène rapidement au magasin pour activer la garantie de vingt-quatre mois. Sans nouvelle, il laisse patiemment passer les Fêtes de fin d'année et relance le magasin. Le vendeur prend les choses en main et le rappelle une semaine plus tard pour le rassurer: l'appareil est bien parvenu au service de réparation qui va l'examiner rapidement. Le 28 janvier, notre lecteur reçoit un appel de Fust qui lui annonce que le commutateur doit être remplacé, mais qu'il n'est plus disponible. «Et, quand je pose la question du remboursement, la personne me répond qu'elle ne sait ni

quand ni comment!», enrage notre lecteur ajoutot.

Revirement de situation, le 5 février. Fust sort, pour la première fois, une heureuse surprise de son chapeau. «J'ai reçu une lettre qui m'avais fait savoir que mon appareil avait été envoyé au fabricant et que ma demande de réparation allait être soigneusement exécutée, avec un retard d'environ dix jours», raconte Gérard Fleury. Mais, après cette nouvelle pour le moins inattendue, un mois va encore s'écouler avant qu'il ne puisse enfin aller récupérer son switch au magasin. «Ce serait un peu facile de dire que «tout est bien qui finit bien». J'ai perdu du temps et de l'énergie pour un objet que j'ai acheté et que je n'ai pas pu utiliser pendant près de quatre mois», tousse le Jurassien.

CHAPEAU!

SOLUTION SUR MESURE

Une pièce en plastique a rendu l'âme sur les panneaux japonais de Corinne Ducrest. Sans trop y croire, notre lectrice de Farvagny (FR) a contacté Heytens qui les avait confectionnés sur mesure il y a une douzaine d'années. La succursale de Villeneuve a fait le nécessaire pour lui trouver six exemplaires de cette pièce qui n'est plus fabriquée. Le tout, en l'espace d'une semaine, et gratuitement.

COULEUR TERNE, RÉACTION VIVE

Le pull à col roulé de Willy Schärer faisait grise mine. Du moins, sa couleur aubergine n'avait plus la même superbe après avoir furieusement déteint. Notre lecteur de Cornaux (NE) a immédiatement signalé le couac à Lehner Versand. La

maison de vente par correspondance n'a pas tergiversé: elle lui a fait parvenir une étiquette affranchie pour le retour, avant de lui expédier un nouveau pull.

MAUVAIS RÉGLAGE AMORTI

Didier Estoppey, du Bouveret (VS), avait loué, chez Decathlon à Villeneuve, du matériel de ski pour son fils. Après deux journées sur les pistes, il constate que les fixations se déclenchent beaucoup trop facilement et en informe le magasin. Le contrôle confirme que le réglage des fixations était mal adapté au poids de l'enfant. Notre lecteur ne manque pas de faire part de son mécontentement au directeur de l'enseigne. Il reçoit instantanément une carte cadeau correspondant au montant de la location (105 fr.). yng

Publicité

La durabilité à un prix abordable.



Durabilité pour tous

Le plastique dans les habits est un véritable fléau

VÊTEMENTS Les fabricants de textile misent de plus en plus sur le plastique recyclé, comme le polyester. Cette approche permet d'économiser beaucoup d'eau et de pesticides par rapport au coton. Revers de la médaille: des microplastiques finissent dans la nature. *Michael Soukup / sp*

Patagonia est une marque bien connue dans l'équipement outdoor qui fait valoir son esprit responsable. Jusqu'à il y a peu, les T-shirts et les pulls qu'elle produisait étaient entièrement à base de coton bio. Mais les choses ont bien évolué. Un sweat-shirt, par exemple, se compose maintenant de 47,5% de coton recyclé, de 47,5% de polyester recyclé et de 5% d'élasthanne. Sur l'étiquette, on peut lire: «Ce sweat-shirt, 95% recyclé, est fabriqué à partir de 10,8 bouteilles en plastique et de 272 grammes de chutes de coton, et permet d'économiser plus de 540 litres d'eau par rapport à un modèle en coton conventionnel.»

LE COTON, UN PÊCHÉ ÉCOLOGIQUE

Remplacer le coton par du plastique, est-ce une solution pertinente pour l'environnement? «Le coton est une matière première qui n'est pas dénuée de problèmes», tempère Marc Sidler, de Testex AG à Zurich, un institut de certification de textiles. Faire pousser un kilo de coton nécessite entre 8000 et 10 000 litres d'eau. Par ailleurs, il s'agit de la culture agricole pour laquelle on utilise le plus de produits phytosanitaires. Les plantations de coton conduisent à des monocultures au détriment des denrées alimentaires. Il faut aussi savoir que 70% du coton cultivé est génétiquement modifié, alors que la part du bio atteint à peine 1% des cultures, selon Marc Sidler.

Même son de cloche du côté de l'institut allemand de recherche sur l'environnement, Öko-Institut. «Mais l'utilisation grandissante de fibres synthétiques nous inquiète», admet l'un de ses chercheurs, Andreas Köhler. Le polyester recyclé améliore certes le bilan CO₂ et réduit la consommation d'eau, mais la production de microplas-



internationale pour la conservation de la nature (UICN) a calculé que, environ, 1,5 million de tonnes de microplastiques provenant de ménages privés terminent dans la mer, chaque année.

ACHETER MOINS, MAIS MIEUX

Il est vrai que la problématique est un peu différente aux Etats-Unis, où est basée Patagonia. Les bouteilles en PET sont largement moins recyclées qu'en Suisse et les ordures n'y sont pas incinérées. «Toutefois, si les vêtements synthétiques usagés terminent dans des décharges ou sont exportés dans des pays où il n'y a pas de traitement organisé des déchets, le problème des microplastiques demeure», souligne Andreas Köhler.

Patagonia est consciente du problème. Contactée par *Bon à Savoir*, l'entreprise met en avant plusieurs projets de recherches internes, notamment pour le développement de plastique biodégradable. Ces démarches ne sont toutefois pas encore près d'aboutir.

En attendant, pour préserver la planète, mieux vaut acheter peu d'habits en préférant ceux qui ont une qualité élevée et qui sont fabriqués avec des fibres naturelles, conseillent Andreas Köhler et Marc Sidler.

tiques, à savoir des particules de plastique d'un diamètre inférieur à 5 mm, pose problème. On en trouve désormais partout: dans les rivières, les lacs, la glace de l'Arctique, la neige, les sols et même l'air. Et les textiles synthétiques en sont les grands responsables.

Au lave-linge, chaque kilo de linge relâche jusqu'à 0,1 g de microplastiques, montre une étude

du Laboratoire fédéral d'essai des matériaux et de recherche Empa. Le problème s'est intensifié, ces dernières années à cause de la montée en force des fibres synthétiques. Entre 1992 et 2010, la part de plastique dans les habits est passée de 16 à 42 millions de tonnes, selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). L'Union

Zoom

Comment limiter les microplastiques

- Eviter d'acheter des vêtements contenant du plastique (polyester, acrylique, nylon, etc.).
- Préférer les programmes de lavage courts, car plus on lave longtemps, plus les fibres se détachent.
- Privilégier les cycles à 30° C qui usent moins les textiles.
- Aérer les habits au lieu de les laver quand cela n'est pas indispensable.
- Renoncer aux agents blanchissants et aux autres détachants abrasifs pour enlever les taches peu tenaces.
- Eviter le sèche-linge qui casse encore davantage de fibres textiles.
- Utiliser un sac à lessive qui filtre les microplastiques. Après le lavage, il suffit de jeter les particules emprisonnées à la poubelle.

Chouchouter son corps et son esprit

CULTURE ET SPORT Exacerbée par la pandémie, la sédentarité pèse sur le corps et l'esprit. Si le semi-confinement s'assouplit quelque peu, bon nombre d'activités seront encore bloquées après le 11 mai. Seule consolation: un peu de sport et de culture à domicile, c'est moins drôle, mais toujours possible. *Yves-Noël Grin*

Et si on bougeait?

Entre les fitness fermés et les clubs de sport à l'arrêt, beaucoup se rabattent sur la marche, le footing ou le vélo pour ne pas finir comme des marshmallows. Mais, pour celles et ceux qui préfèrent s'agiter à domicile, on peut se tourner vers des **applications de fitness gratuites** comme FizzUp, Nike Training Club, Freeletics ou 7 Minutes Workout. Des options sont néanmoins payantes.

Quelques chaînes de TV proposent également de bouger. C'est le cas de Eurosport 1 et sa capsule **Eurosport Fitness Club**, tous les jours de la semaine (9 h). Pour éviter de se lever à l'aube, l'émission quotidienne de C8, **Gym Direct** (6 h), se regarde aussi en replay et sur les réseaux sociaux. Des réseaux sociaux qui, à l'instar de YouTube, ont un contenu qui comblera à peu près toutes les attentes, à condition d'accepter de s'y perdre quelque peu. Notons encore que de très nombreux fitness proposent des cours en ligne payants ainsi que de nombreuses vidéos gratuites sur Facebook et consorts.



Plein les mirettes!

Il faudra visiblement patienter encore avant de déguster du pop-corn dans une salle obscure. La seule option, c'est de se rabattre sur le streaming. Or, l'offre ne se limite pas au catalogue des géants du secteur comme Netflix. Les cinéphiles sortiront des sentiers battus grâce à bon nombre d'autres plateformes.

Le site **cinefile.ch**, qui travaille en partenariat avec des cinémas suisses, propose à la location des nouveaux films destinés aux salles et des classiques. S'il dispose également des productions helvétiques, le site **artfilm.ch** est plus spécialisé sur ce point avec plus de 600 films suisses à la location. Les amateurs de cinéma d'auteur trouveront leur bonheur sur **filmingo.ch**.

Victimes des mesures de confinement, plusieurs **festivals romands** proposent également des œuvres en streaming sur le site. C'est le cas de Visions du Réel, du Festival international de films de Fribourg et du Festival du film et forum international sur les droits humains. Signalons encore que, chez nos voisins, la Cinémathèque française diffuse, chaque soir gratuitement, un film sur une plateforme VOD spécialement créée sur son site.

Bouillon de culture

Du théâtre à la danse en passant par l'humour, de nombreuses institutions culturelles diffusent des spectacles en streaming pendant le confinement. En Suisse, on citera le **Béjart Ballet Lausanne** qui propose gratuitement une sélection de ballets sur son site web. Avec Vidigital, c'est le **Théâtre de Vidy** qui garde le lien avec son public à raison d'une pièce par semaine. Les inconditionnels de Molière qui ont raté l'Ecole des femmes présenté par le Théâtre de Carouge pourront se rattraper sur le site du Théâtre de l'Odéon (Luxembourg). La plateforme payante spécialisée **opsistv.com** met chaque jour en ligne un spectacle gratuit.

L'humour est, lui aussi, au rendez-vous avec le **Montreux Comedy** qui diffuse plusieurs spectacles complets sur sa chaîne YouTube. Sur YouTube toujours, la RTS (Humour #RTSAvecVous) propose dix spectacles (Yann Lambiel, Brigitte Rosset, etc.). Lectures enregistrées, expositions de photos ou rencontres littéraires, l'offre culturelle romande est vaste. Le site **culturcasa.ch** en donne un très bon aperçu.

Balade au musée

Les amateurs d'art devront patienter encore avant de déambuler dans les salles d'exposition du monde entier. Dans l'intervalle, ils peuvent se consoler en s'évadant derrière leur écran. Entre **visites virtuelles et expositions en ligne**, l'offre des musées est riche, de Paris (Louvre, Musée d'Orsay, etc.) à Londres (British Museum, Tate, etc.) en passant par Amsterdam (Rijksmuseum, Van Gogh, etc.), Madrid (Reina Sofia, Thyssen) Florence (Galerie des



Restons zen!

Si la pandémie a ralenti notre vie quotidienne, elle ne génère pas moins du stress. Au lieu de suivre en permanence l'actualité et son lot d'incertitudes, pourquoi ne pas s'octroyer des moments de détente? L'une des bases de la **relaxation passe par la respiration**. Des applications gratuites, comme RespiRelax ou Kardia Respiration Relaxation sont très efficaces pour améliorer la synchronisation des rythmes cardiaques et respiratoires. De quoi atteindre rapidement un état de «cohérence cardiaque» pour baisser le niveau de stress, entre autres.

Le **yoga** est une discipline également optimale pour retrouver la sérénité. Son approche globale a des effets bénéfiques aussi bien sur le corps que sur l'esprit. Si rien ne remplace un vrai cours, de nombreuses chaînes YouTube proposent un contenu varié, comme Sandra InSoha, Yoga Fire by Jo ou Yoga Coaching. Une foule d'applications sont également disponibles dans ce domaine dont les gratuites Daily Yoga et 5 Minutes de Yoga. D'autres, comme Down Dog ou Asana Rebel sont beaucoup plus complètes à condition d'opter pour leur version payante.

Offices), Saint-Pétersbourg (Ermitage) ou New York (MoMa, Frick Collection).

A ce titre, la plateforme en ligne **Google Arts & Culture**, est époustouflante grâce à sa collaboration avec plus de 1200 musées, galeries et institutions d'une septantaine de pays. En Suisse, elle permet une visite virtuelle de la Fondation Beyeler, du Musée d'ethnographie de Neuchâtel ou de parcourir diverses expositions, comme celles du Musée olympique ou du Kunsthaus de Zurich. Et, à l'instar du Musée de l'Elysée, à Lausanne ou du Musée du design de Zurich, bien d'autres institutions proposent du contenu sur leur propre site web.



Des watts sans modération

Les mélomanes devront faire l'impasse sur les grands rendez-vous de l'été. Ils pourront se consoler en (re)découvrant des prestations magiques à distance. En Suisse, mention spéciale au **Montreux Jazz Festival** qui propose gratuitement plus de 50 concerts en streaming, de Ray Charles à James Brown en passant par Deep Purple, Nina Simone et Santana. Avec son offre en ligne VF at Home, le **Verbier Festival** met lui aussi à disposition une sélection de prestations classiques. Tout comme la Philharmonie de Paris qui offre des concerts gratuits sur son site web. L'incontournable plateforme **medici.tv** reste une référence pour les amateurs de musique classique, mais le contenu en libre accès est limité.

Les artistes sont, eux aussi, nombreux à partager du contenu avec leur public. Hormis les concerts virtuels qui fleurissent sur les réseaux sociaux (Chris Martin, Christine and the Queens, etc.), d'autres initiatives méritent le détour. On pense à Radiohead qui diffuse chaque semaine ses meilleurs concerts sur sa chaîne YouTube, tout comme Metallica. Ou à Neil Young qui a ouvert gratuitement ses archives en ligne. Et, pour celles et ceux qui sont insatiables, rendez-vous sur le site de la chaîne **Arte Concert** avec plus de 600 concerts de rock, de pop, de jazz, d'électro ou de classique.

CONTRÔLER LE CHAUFFAGE AU SOL POUR ÉVITER DES SOUCIS.

Il est vivement conseillé de procéder à une analyse préventive de l'état du système de chauffage au sol après 30 ans de fonctionnement. Le HAT-System, que nous utilisons depuis 1999, est LA solution durable et éprouvée pour ce faire.

Une analyse de l'état de votre chauffage au sol peut être réservée sans problèmes. Nous travaillons avec des mesures de sécurité qui vont encore plus loin que celles ordinaires par l'OFSP.

ANALYSE DE L'ÉTAT

Réserver une analyse préventive.

Un spécialiste de Naef GROUP, HAT-Tech AG, effectuera l'analyse de l'état chez vous pour seulement **CHF 390.-- (TVA incl.)**. L'analyse comprend un relevé de l'état selon les directives d'application et des conseils sur les éventuelles mesures à prendre.

- O Oui, une analyse de l'état m'intéresse.

Nom

Prénom

Rue

NPA/lieu

Année de construction du bien

Téléphone

E-mail

Date

Signature

Bon à Savoir, 5/2020

Veuillez renvoyer le talon-réponse à notre succursale à Aigle.

Naef GROUP, HAT-Tech AG
Route des Marais 17, 1860 Aigle VD
E-mail: info@naef-group.ch
Tél.: 024 466 15 90
www.chauffageausol.ch

Les systèmes de chauffage au sol ne sont pas éternels.

Les systèmes de chauffage au sol sont très populaires chez nous parce qu'ils procurent un niveau de confort élevé. Mais ils ne sont pas éternels. Certaines parties de la maison ne sont plus aussi bien chauffées qu'elles l'étaient auparavant et il devient de plus en plus difficile de réguler la température de certaines pièces comme on le souhaiterait. Alors, il est temps de procéder à une analyse approfondie. Après 30 ans, il est possible que les conduites de votre système de chauffage au sol présentent des signes évidents de vieillissement. Les conduites d'eau posées dans le sol sont en effet soumises à des influences extérieures. La diffusion d'oxygène et les variations de la température mettent le matériau dans lequel les conduites sont fabriquées à rude épreuve. Elles se fragilisent et s'envasent, les deux causes principales de la perte d'efficacité des systèmes de chauffage au sol. Si vous ne réagissez pas, il y a un réel risque d'effondrement de l'ensemble du système. Ces problèmes touchent plus particulièrement les systèmes installés entre 1970 et 1990, car, à l'époque, les conduites étaient généralement fabriquées en matière plastique. Les conduites de chauffage au sol plus récentes, en revanche, possèdent un noyau en aluminium qui empêche pratiquement toute pénétration d'oxygène.

Froid aux pieds? Que faire?

Si vous êtes confronté aux premiers symptômes du problème, consultez sans tarder un spécialiste. Ce dernier devra d'abord inspecter votre système dans les moindres détails. Il est impératif d'en étudier l'ensemble des composants et d'interpréter les résultats sur la base de valeurs indicatives normalisées de la SICC. Ce n'est qu'après une analyse complète que vous saurez dans quel état votre système de chauffage au sol est réellement. Une telle analyse peut déjà être effectuée pour quelques centaines de francs.

Comment puis-je résoudre les problèmes?

Auparavant, il n'y avait qu'une seule soluti-



Le HAT-System est utilisé depuis 1999.

on pour les systèmes de chauffage au sol en mauvais état: le remplacement intégral. Depuis 1999, il y a cependant sur le marché une alternative moins radicale, mais néanmoins durable: la rénovation intérieure des conduites avec pose d'un revêtement intérieur à l'aide d'un système appelé HAT-System. Ce procédé original de Naef GROUP offre aux anciens systèmes de chauffage au sol une protection durable sans gros travaux. Il est également de plus en plus souvent possible de se contenter de simples rinçages et nettoyages. Mais il faut savoir que cela ne résout pas tous les problèmes, surtout ceux inhérents aux vieilles conduites en plastique. Dans le meilleur des cas, on ralentit la progression de l'envasement. Le véritable problème, la fragilisation du matériau des conduites, n'est pas éliminé durablement.

Rénover avec l'original.

Le HAT-System, en revanche, permet de rénover un système de chauffage au sol de manière durable. Il est beaucoup plus complexe à mettre en œuvre que le simple nettoyage. La pose d'un revêtement intérieur résistant à la diffusion selon la norme DIN 4726 créée, à l'intérieur de l'ancienne conduite, une couche protectrice qui arrête le processus de vieillissement. Le HAT-System est le seul procédé de rénovation interne de conduites qui rend les systèmes de chauffage au sol de la première génération étanches à la diffusion selon la norme DIN 4726. Si vous souhaitez prolonger durablement la vie de votre système de chauffage au sol tout en bénéficiant d'une garantie de dix ans, contactez-nous. Nous recommandons toujours notre analyse complète de l'état dans un premier temps.



Ciel, ma serrure communique!

DOMOTIQUE Se passer de clé pour ouvrir ou verrouiller sa porte, c'est possible grâce aux serrures connectées. Le point sur une technologie qui fait sauter les verrous traditionnels. *Sophie Sokcic*



Installation

Certains systèmes se montent sur la serrure existante, d'autres sont fournis avec un cylindre spécifique. Dans la plupart des cas, l'installation est rapide et relativement facile à réaliser soi-même. Les modèles les moins chers (dès 90 fr.) sont généralement dotés de protocoles de communication simple (RFID ou NFC). Pour bénéficier d'une technologie plus avancée (Bluetooth, wifi, hybride), il faut compter entre 200 fr. et 900 fr. Mais des solutions plus pointues (caméra, porte intégrale, etc.) peuvent faire grimper l'addition.

Compatibilité

Attention à s'assurer que l'installation soit compatible avec les standards suisses (cylindre rond d'un diamètre de 22 mm), car la majorité des fabricants sont américains ou européens. Si l'on entend utiliser son smartphone pour commander sa serrure, bien vérifier la compatibilité de celle-ci avec le système d'exploitation du téléphone. Certains modèles ne supportent pas iOS, Android ou Windows Phone, et d'autres ne s'intègrent pas aux écosystèmes domotiques HomeKit, Google Home et consorts.

Sécurité

Depuis un smartphone, il est possible de consulter les historiques d'entrées et de sorties, de programmer des ouvertures automatiques, ainsi que de recevoir, en temps réel, les notifications d'ouverture. De quoi être instantanément averti d'une éventuelle intrusion. Ces serrures ne sont évidemment pas inviolables, comme l'ont révélé des tests visant à intercepter et à déchiffrer la clé virtuelle. Le risque reste néanmoins modeste, sachant que le nombre d'individus capables de pirater de tels systèmes reste faible.

Utilisation

Dans les logements individuels, les serrures connectées permettent à l'administrateur de confier les accès aux personnes de son choix. Les permissions peuvent être configurées pour être permanentes ou temporaires. De quoi autoriser à distance les accès d'intervenants ponctuels (réparateur, etc.). Dans les hébergements loués temporairement (appartement de vacances, etc.), c'est une solution confortable pour gérer à distance les arrivées et les départs. Cette fonctionnalité est d'ailleurs intégrée dans certaines plateformes comme Airbnb: à la confirmation d'une réservation, le client reçoit automatiquement un mail ou un SMS qui contient un code PIN aléatoirement généré, le temps du séjour.

Technologie

Certaines serrures peuvent être commandées par Bluetooth et/ou wifi (intégré ou en option avec passerelle) sur smartphone, grâce à l'application de leur fabricant. Le Bluetooth, contrairement au wifi, a une courte portée allant jusqu'à 10 mètres. Les serrures qui fonctionnent avec les protocoles NFC ou RFID ont une portée encore plus courte de quelques mètres. La puce NFC – également générée par de nombreux smartphones – et les émetteurs RFID peuvent se présenter sous la forme d'un badge, d'une carte ou d'un bracelet. Comme la plupart des serrures sont hybrides, il est toujours possible d'utiliser des clés physiques, le système digicode ou encore l'empreinte digitale.

Pas de remède miracle contre les taches!

DÉTACHANTS Seuls trois sprays sont vraiment efficaces sur les douze produits que nous avons testés. Les autres ne font guère mieux qu'une lessive classique.

Julia Wyss / ab

Un geste maladroit et bonjour les dégâts! De la sauce tomate sur un T-shirt, du rouge à lèvres sur le col d'un chemisier ou du vin rouge sur une nappe: les détachants sont censés apporter une aide précieuse pour éliminer les taches. A en croire les promesses des fabricants, ces produits viennent à bout des salissures tenaces et rendent le linge «impeccable et brillant».

Dans la pratique, c'est rarement le cas. Comme le montre notre test, les douze détachants passés au crible n'ont pas réussi à éradiquer certaines taches particulièrement tenaces. Les marques de sauce pesto, de terre ou d'huile de moteur, par exemple, étaient encore très visibles après le traitement avec chacun des produits. Résultat: seuls trois sprays – le Tandil, le W5 et le Vanish Oxi Action – récoltent la mention «bon». Il est à

souligner que les deux détachants qui arrivent en tête sont les moins chers de notre échantillon!

LESSIVE UNIVERSELLE PAS RIDICULE

Pour évaluer l'effet des détachants – six sprays et six poudres –, le laboratoire les a associés à la lessive liquide *Formil Aktiv* de Lidl, gagnant de notre test en janvier 2019. Il a mis l'accent sur la capacité d'éliminer différentes taches et la préservation des couleurs (*lire «Les critères du test»*). A titre de comparaison, les experts ont réalisé le même test sans détachant, mais en utilisant uniquement la lessive universelle Persil, premier du test en novembre 2019.

Or, cette dernière est loin d'être ridicule! Elle a obtenu des résultats probants avec plusieurs sortes de salissures. La majorité des détachants n'ont guère fait mieux,

voire moins bien. Dans le détail, on constate de grandes différences entre les produits. Les sprays Tandil, W5 et Vanish étaient les plus adaptés pour éliminer les taches blanchissables comme le thé, le vin rouge ou les myrtilles. Celles de protéines et d'amidon, comme les épinards ou le cacao, s'enlevaient facilement avec tous les articles, tandis que les poudres étaient particulièrement efficaces pour éliminer les marques de graisse de friture et de rouge à lèvres.

ATTENTION AUX TEXTILES NOIRS!

Un détachant doit être efficace sans pour autant altérer la couleur des textiles. Le laboratoire n'a cependant pas grand-chose à reprocher sur ce point, sauf pour les vêtements



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	TANDIL	W5	VANISH	TOTAL	DR. BECKMANN	PRE WASH
Désignation	Spray détachant	Détachant prélavage	Oxi Action Spray prélavage multi-taches	Spray & Wash Produit de prélavage	Spray détachant au fiel naturel	Spray détachant
Acheté chez	Aldi	Lidl	Coop ^{2,3}	Migros	Pharmacie	Volg ⁴
Prix payé	2.99 fr.	2.99 fr.	9.70 fr.	5.90 fr.	5.50 fr.	10.60 fr.
Prix par litre/kilo	4 fr.	4 fr.	12.95 fr.	11.80 fr.	22 fr.	21.20 fr.
1. Elimination des taches à 40°C 85%¹	4.9	4.8	4.8	4.6	4.5	4.4
→ Taches blanchissables	5.2	5.1	5.1	4.6	4.5	4.2
→ Taches de protéines et d'amidon	4.9	4.9	4.8	4.8	4.8	4.6
→ Taches de graisse, d'huile et de couleur	4.5	4.5	4.4	4.3	4.3	4.5
2. Préservation des couleurs 15%¹	5.3	5.4	5.4	5.4	5.3	5.3
Note finale	5.0	4.9	4.9	4.7	4.6	4.5
Appréciation	Bon	Bon	Bon	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant



Sprays détachants



noirs. Dans ce cas, les sprays préservent mieux la couleur que les poudres qui ternissent le noir après trois lavages.

Interpellé sur nos résultats, Migros répond que la formule *Spray & Wash* de sa marque Total a entre-temps été revue, pour mieux combattre l'élimination des taches d'huile et de graisse. La contenance des flacons a d'ailleurs changé pour passer de 500 ml à 700 ml. Migros déclare aussi proposer un nouveau spray de prélavage qui serait particulièrement efficace contre les taches blanchissables. Pour sa part,

Coop précise que la poudre Maxil ne sera vendue que jusqu'à l'été. Reckitt Benckiser, le fabricant des produits Vanish, émet des critiques sur notre test en estimant que la sélection des taches et le nombre de lavages ne correspondent pas aux normes de la branche. La société Martec soutient, elle, que son spray Pre Wash ne contient aucun agent de blanchiment. Raison pour laquelle il n'est pas adapté aux souillures de vin rouge, de sang ou de sauce tomate. Et d'ajouter qu'il n'y a pas de détachant efficace contre toutes les sortes de taches.

Conseils

Les astuces pour venir à bout des taches

Réagir rapidement: plus la tache est fraîche, plus elle est facile à enlever. D'abord tamponner, puis laver à l'eau et au savon.

Ne pas frotter: cela peut endommager le tissu ou altérer la couleur. Un frottement énergique risque de véritablement incorporer la tache dans le tissu.

Vérifier la tenue des couleurs: appliquer le détachant sur une zone peu visible et laisser sécher. Ni bords ni décolorations ne doivent apparaître.

Taches de graisse: traiter avec de l'eau chaude et du savon. Ensuite laver comme d'habitude.

Taches de protéines: celles-ci coagulent dans l'eau chaude et se fixent dans le tissu. C'est pourquoi les salissures de sang, d'œuf ou de lait doivent d'abord être lavées à l'eau froide et avec un peu de savon. Ensuite laver comme d'habitude.

Taches colorées: laver selon les recommandations figurant sur l'étiquette. Laver les textiles colorés avec une lessive pour les couleurs. Le linge blanc peut avoir besoin d'être traité d'abord avec un agent blanchissant. Prétraiter les marques tenaces avec du détachant.

Textiles sensibles: apporter au pressing et indiquer le genre de salissures.

En détail

Les critères du test

Le laboratoire Hohenstein, à Bönnigheim (D), a analysé douze détachants, respectivement six sprays et six poudres, selon les critères suivants.

1. Elimination des taches à 40°C

Les experts ont testé les produits sur des tissus en coton et en polyester, qu'ils ont souillés de seize manières différentes:

- Taches blanchissables, par exemple dues au thé, au vin rouge, aux myrtilles ou aux pommes.
- Taches de protéines et d'amidon provenant de cacao, de glace au chocolat, d'épinards, d'herbe, de sang et de sauce tomate.
- Taches de graisse, d'huile et de couleur intense provenant de la graisse de friture, d'huile de moteur, de la terre, de la sauce pesto, de maquillage ou de rouge à lèvres.

Les sprays ont été appliqués en quantité égale sur les souillures, tandis que les poudres ont été mises dans la machine à laver selon les instructions du fabricant. Les experts ont ensuite lavé les textiles à 40°C avec un détergent liquide et ont vérifié si les taches étaient encore visibles. Le programme a été accompli trois fois au total. A titre de comparaison, nous avons pris le meilleur produit de notre dernier test de lessive en poudre.

2. Préservation des couleurs

Les quatorze textiles de couleurs différentes ont été lavés avec les détachants. Après trois cycles, le laboratoire a utilisé un colorimètre pour vérifier si les couleurs avaient changé. Sur ce critère, les douze produits ont obtenu la note «bon».

Lessive universelle



MAXIL	TOTAL	PROPRE SUISSE	ENKA	DENNER	VANISH	PERSIL
Oxi Power Déta... chant en poudre	Oxi Classic Déta...chant	Oxi-Power Color Déta...chant	Déta...chant + ultra blanc	Oxi Active Déta...chant	Gold Oxi Action Déta...chant textile	Lessive en poudre Universal
Coop 9.95 fr. 9.95 fr.	Migros 4.90 fr. 4.90 fr.	Landi 4.90 fr. 4.90 fr.	Coop 6.65 fr. 5.30 fr.	Denner 7.95 fr. 7.95 fr.	Migros 4 17.70 fr. 17.70 fr.	Coop 3,5 12.50 fr. 8.75 fr.
4.5	4.4	4.2	4.3	4.3	4.3	4.6
4.8	4.8	4.2	4.5	4.0	4.2	4.8
4.8	4.8	4.8	4.8	4.8	5.0	4.9
4.0	3.6	3.7	3.6	4.1	3.8	4.0
5.1	5.1	5.2	5.0	5.2	5.1	5.1
4.6	4.5	4.4	4.4	4.4	4.4	4.7
Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant

Dominique Schütz



CABRIO®
PREMIÈRE MONDIALE

VALIDE AVEC
L'AG

PARCOURS LIBRE AVEC L'ABONNEMENT GÉNÉRAL.



WWW.CABRIO.CH

Les avis bidonnés restent légion

INTERNET Les faux commentaires continuent de pulluler sur le net. Ils sont souvent difficiles à détecter. D'autant plus que les services des faussaires du web sont de plus en plus sophistiqués, grâce à l'intelligence artificielle.

Alexandre Beuchat

Les avis sur internet sont devenus incontournables avant de faire un achat ou de procéder à une réservation. A priori pratiques, ils doivent toutefois être pris avec précaution, car ils peuvent être facilement manipulés (*lire encadré «Astuces pour se repérer dans la jungle des avis»*). Plusieurs épisodes ont entamé la confiance en certains sites. TripAdvisor avait vu sa crédibilité écornée en 2017, quand un faux restaurant était devenu la table la mieux notée de Londres en quelques semaines, à la suite d'un canular.

En France, une étude de la Direction générale de la concurrence a établi que près de 35% des avis étaient non conformes. C'est dire l'ampleur du phénomène! Les fausses critiques rédigées par des concurrents, sont, avec la suppression des commentaires négatifs, les pratiques les plus répandues.

PAS DE JURISPRUDENCE EN SUISSE

Depuis quelques années, la traque s'intensifie à l'encontre de ces pratiques. Aux Etats-Unis, une entreprise spécialisée dans les compléments alimentaires a été récemment condamnée à une lourde amende pour avoir fait rédiger de faux avis pour vanter les mérites de son produit sur Amazon. Plus près de chez nous, un fraudeur italien récidiviste a été condamné, en



2018, à neuf mois de prison ferme pour avoir publié de fausses annonces sur TripAdvisor.

Qu'en est-il en Suisse? «A ma connaissance, aucune décision de justice n'a été rendue à ce jour, indique l'avocat expert en nouvelles technologies, Nicolas Capt. La loi contre la concurrence déloyale pourrait s'appliquer, dès lors que ces faux avis, positifs ou négatifs, sont de nature à troubler la saine concurrence. La Suisse n'est pas en avance sur ce thème, qui paraît ne pas préoccuper autre mesure», estime-t-il.

TRICHE SOPHISTIQUÉE

Les plateformes ne mettent pas non plus tout en œuvre pour vérifier la crédibilité des évaluations, note Stéphane Koch, spécialiste en stratégie numérique. Elles n'investissent pas assez de ressources dans ce domaine, alors que l'intelligence artificielle permet de créer des faux commentaires à profusion avec des profils de plus en plus sophistiqués», souligne-t-il.

Certaines entreprises mandatent des sociétés de e-réputation basées à l'étranger pour manipuler leurs propres résultats ou discréder la concurrence.

ACHAT PRÉALABLE

Les grandes plateformes sont plus ou moins efficaces dans leur lutte contre les commentaires bidonnés. Les avis sur Google sont, par exemple, à prendre avec la plus grande prudence, selon les experts. Il suffit d'avoir un compte pour publier une note. La procédure pour retirer un faux peut, en outre, être longue et compliquée.

D'autres sites, comme Booking ou Amazon, sont plus fiables. Ils conditionnent la publication d'un commentaire à un achat préalable. Cette barrière du paiement permet d'éviter ou, tout au moins, de limiter les avis faussés ou les critiques montées de toutes pièces par la concurrence.

Conseils

Astuces pour se repérer dans la jungle des avis

Auteur Privilégier les commentaires des gros contributeurs. Examiner les profils et les critiques de chaque internaute. Quelle est sa réputation au sein de la communauté? Le client est récent sur la plateforme, il a déposé peu d'avis, son profil est sommaire: méfiance!

Contenu Se fier aux descriptions détaillées avec des explications concrètes. Eviter les commentaires élogieux sans la moindre critique

négative. De l'autre côté, les critiques qui frisent l'insulte ou les détails invraisemblables ont tendance à être suspects. Attention aussi aux remarques qui discréditent un service ou un produit au détriment d'un autre.

Site Plus il est facile de poster un avis, plus les fraudes sont aisées. Si aucun commentaire négatif n'est affiché, passez votre chemin! Diversifier les sources, afin de comparer

les produits et les prestations sans oublier de solliciter son entourage. Préférer ceux qui comptabilisent des dizaines, voire des centaines de commentaires. Ne tenir compte de la note moyenne que s'il y a suffisamment d'opinions.

Date Les évaluations récentes sont à privilégier. Mieux vaut les classer par date plutôt que par note. Les opinions qui remontent à plusieurs années ne sont plus per-

tinentes. Une salve d'avis positifs publiés en série, en moins d'une heure ou d'une journée, est, en revanche, douteuse.

Réponse Contacter l'auteur du commentaire pour avoir plus de précisions. En l'absence de réponse, il y a des chances que l'avis soit un faux. S'agissant d'un hôtel ou d'un restaurant, l'absence de réponses peut être le signe d'un mauvais service à la clientèle.

L'épidémie nommée surpoids

DIÉTÉTIQUE Le surpoids et l'obésité provoquent annuellement la mort de 2,8 millions de personnes dans le monde. Parallèlement au manque d'activités physiques, l'excès de nourriture est un facteur déterminant. Zoom sur les mécanismes qui régulent la satiété.



DORIS FAVRE
diététicienne diplômée

On pourrait penser qu'il suffit d'avoir l'estomac bien rempli pour se sentir rassasié. Il est vrai que les premiers signes de satiété sont émis lorsque les aliments arrivent dans l'estomac et commencent à dilater ses parois. Cela provoque l'envoi de messages qui empruntent la voie nerveuse pour parvenir au cerveau. Mais cette stimulation «mécanique» n'explique pas tout: quand on boit une grande quantité d'eau, l'estomac se dilate également, mais sans susciter une sensation de rassasiement durable.

C'est la libération progressive d'hormones spécifiques, au niveau de l'intestin grêle, qui induit une véritable satiété. Celles-ci parviennent à des neurones du cerveau situés dans l'hypothalamus. Ce petit organe de la taille d'une amande reçoit des signaux non seulement de tout l'appareil digestif, mais aussi du pancréas et des tissus adipeux. La leptine, par exemple, une des hormones sécrétées par la graisse, va informer l'hypothalamus que les réserves de lipides sont suffisantes. C'est donc une véritable avalanche d'informations que l'hypothalamus traite rapidement pour libérer, le moment venu, des substances neurochimiques qui vont entraîner un sentiment de satiété.

TROP FORTE ENVIE DE MANGER

Si nos ancêtres préhistoriques stockaient le moindre surplus en prévision des périodes de disette, ils n'étaient pas confrontés à la même abondance alimentaire. Aujourd'hui, toutes sortes de ten-



tations favorisent la surconsommation. En première ligne, des produits industriels dont le sucre court-circuite les mécanismes de satiété. On ne consomme alors plus pour calmer sa faim, mais souvent pour répondre à l'envie de manger un aliment qui nous tente. Or, les signaux de rassasiement ne peuvent rien contre la faim «psychologique», cette envie de manger par pur plaisir ou par besoin de réconfort.

La vie contemporaine est aussi synonyme de stress et de manque de sommeil qui sont d'autres sources de troubles alimentaires. À terme, tous ces facteurs contribuent à dérégler le fonctionnement de notre métabolisme. Comme la satiété est une question extrêmement complexe, des grains de sable peuvent même se manifester sur le plan physiologique. Ainsi, pour certaines personnes obèses, l'envie de manger est totalement irrépressible, car les cellules de leur hypothalamus sont résistantes à la leptine et ne perçoivent, alors, plus ses signaux.

Conseils

Reconnaitre la satiété

Manger un aliment procure un certain plaisir qui finit par s'éteindre quand on est rassasié. Mais on peut avoir faim pour un autre aliment: si une dernière bouchée de gratin ne nous dit plus rien, on peut néanmoins avoir envie de fraises. Autrement dit: nous sommes complètement rassasiés quand nos besoins nutritifs spécifiques sont couverts et qu'aucun aliment ne nous procure encore du plaisir. C'est la satiété. Pour la reconnaître, voici quelques conseils.

- **Prendre le temps de manger lentement et de bien mâcher les aliments.** Poser ses services — ou son sandwich — toutes les deux ou trois bouchées est très efficace. Il faut vingt à trente minutes pour que le rassasiement puisse s'installer. La mastication permet aussi de mieux ressentir les signaux de satiété et d'apprécier la saveur des aliments.
- **Patienter avant de se resservir et apprendre à ne pas finir son assiette** si l'on n'a plus faim.
- **Manger au calme, assis et attentif au contenu de son assiette.**
- **Servir des portions raisonnables**, directement sur assiette, de préférence de petite taille; inconsciemment, on a ainsi l'impression de manger davantage.
- **Choisir des aliments de qualité que l'on apprécie:** se forcer à manger des haricots vapeur nature ne va pas forcément nous rassasier et augmentera le risque de grignoter quelque chose de nettement plus calorique.



un message d'erreur indique la détection de cartouches génériques. Il suffit généralement de passer outre pour pouvoir continuer d'imprimer. Pour limiter les risques, il ne faut pas se contenter de contrôler la référence de l'article, mais de vérifier que le fabricant le déclare compatible avec son appareil.

Face à la multiplication des références, il est impossible, pour les fabricants, de proposer une solution de rechange pour toutes les imprimantes. On constate d'ailleurs qu'il est notamment difficile de trouver des génériques pour des modèles récents. Une longue période peut s'écouler entre le lancement d'un modèle et la commercialisation des premières cartouches compatibles.

Des astuces pour imprimer moins cher

CONSOMMABLES Les cartouches d'encre génériques coûtent en général nettement moins cher que les originales. C'est un choix judicieux pour ceux qui impriment principalement des documents. *Alexandre Beuchat*

Les imprimantes jet d'encre sont devenues très bon marché. On trouve facilement des modèles pour moins de 100 fr. Mais les fabricants savent se rattraper en facturant les cartouches à prix d'or. Pour faire des économies, il est très tentant de se tourner vers des solutions alternatives. De la même manière qu'on peut acheter en pharmacie des médicaments génériques, il est possible d'acheter des consommables compatibles.

GROS ÉCARTS DE PRIX

Nous avons comparé les prix d'un jeu de quatre cartouches de couleur originales à celui de deux génériques (*voir tableau*) pour trois imprimantes de moins de 100 fr. disponibles dans le commerce. Un relevé, en date du 20 avril, montre que le prix d'un jeu de cartouches originales Brother oscillait entre 31.05 fr. et 56.95 fr. d'un commerce à l'autre. Comparer les prix sur les différentes plateformes de vente permet donc d'alléger son portefeuille, sachant que les tarifs ne cessent de bouger.

Quant aux écarts de prix entre originales et copies, ils sont parfois substantiels. Dans notre comparatif, les Peach sont, par exemple, deux fois moins cher que les Epson. Mais gare à ne pas se focaliser exclusivement sur le prix. Ce qui est décisif, c'est le rendement, c'est-à-dire le nombre de pages qui peuvent être imprimées. Dans notre comparatif, les cartouches

Brother ont certes le même prix que les Peach. Or, ces dernières peuvent imprimer 400 pages, contre seulement 200 pour les originales.

EMBUCHE AUX GÉNÉRIQUES

Utiliser des consommables génériques n'est toutefois pas sans risque. Des dysfonctionnements peuvent survenir. Régulièrement,

ET SI ON REMPLISSAIT?

D'autres solutions existent dans le commerce. Des entreprises récupèrent les cartouches vides et les remplissent, permettant d'économiser jusqu'à 50%. Les bricoleurs peuvent enfin procéder eux-mêmes au remplissage en achetant sur internet un kit compatible. L'opération exige toutefois passablement de dextérité.

Et qu'en est-il de la qualité d'impression de ces génériques? Elle est comparable à celle des originales, du moins pour les marques les plus connues comme Pelikan ou Peach. Le choix dépend de l'utilisation qu'on en fait. Les modèles compatibles sont conseillés pour les personnes qui impriment essentiellement des documents à la maison. Pour les photos, on priviliera les cartouches originales.

Jeu de quatre cartouches au meilleur prix

IMPRIMANTE (CARTOUCHES)	CARTOUCHES ORIGINALES	CARTOUCHES GÉNÉRIQUES	
		PEACH	PELIKAN
Brother DCP-J572DW LC-3211	31.05 fr.	30.80 fr.	—
Canon Pixma TS 5050 PGI-570/CLI-571 (5 cartouches)	50.75 fr.	30.40 fr.	42.90 fr.
Epson WF-2010W 16 XL	61.70 fr.	27.70 fr.	37.95 fr.

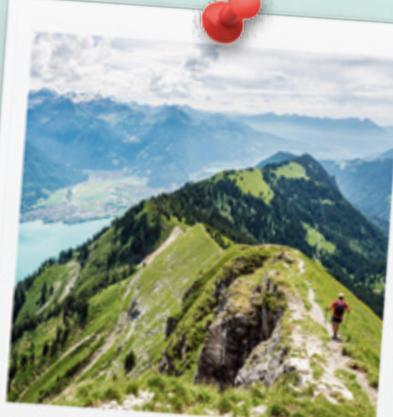
Prix les plus bas relevés sur internet le 20 avril, frais de port compris (sites suisses uniquement).

Cet été, on découvre l'autre Suisse

VACANCES Pourra-t-on franchir les frontières cet été? C'est peu probable, mais les idées pour changer d'air sans aller très loin ne manquent heureusement pas: bienvenue chez vous! *Claire Houriet Rime*

Entre l'été à la mer et l'hiver sur les pistes, l'année passe trop vite pour trouver encore le temps de jouer aux touristes sur

nos terres. On peut, pourtant, se dépayser sans décalage horaire: à défaut de passer la douane, en 2020, franchissons les frontières linguistiques.



Randonnée dans l'Oberland bernois

1. Les grands défis

Pour dévaler un sentier en VTT, pédaler le long de l'Aar, parcourir un marathon en rollers ou tester son physique sur des sentiers aériens, une seule référence: le site [suissemobile.ch](#) recense les itinéraires balisés en donnant toutes les informations utiles.

Moins physique, le **Grand Tour de Suisse** emmène les véhicules motorisés sur un parcours circulaire de 1600 km. Le programme, qui évite les autoroutes, est copieux, avec une douzaine de sites recensés à l'Unesco, vingt-deux lacs et cinq cols alpins.

Pour prolonger les escapades sans se ruiner, les auberges de jeunesse offrent des hébergements abordables aux couples, aux familles et aux petits groupes. Les adresses de vacances à la ferme, campings et autres gîtes de montagne ajouteront encore du sel à l'expédition.

2. L'autre capitale

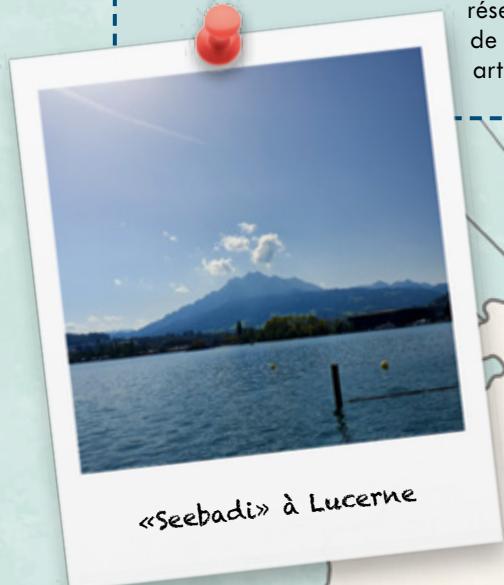
Les musées ouvrent le 11 mai: on se réjouit! A **Zurich**, l'ancienne fabrique de yoghurts Toni abrite désormais une haute école et une partie du Musée du design, le **Museum für Gestaltung**. Le programme de l'été s'annonce riche avec, entre autres, une exposition dédiée aux nouvelles technologies, avec des projets prometteurs dans le domaine des matériaux durables, de la robotique et de l'impression 3D. Dans ce laboratoire, on pourra observer, toucher et essayer!

Toujours sur les bords de la Limmat, le magnifique musée **Rietberg** présente cet été une exposition sur

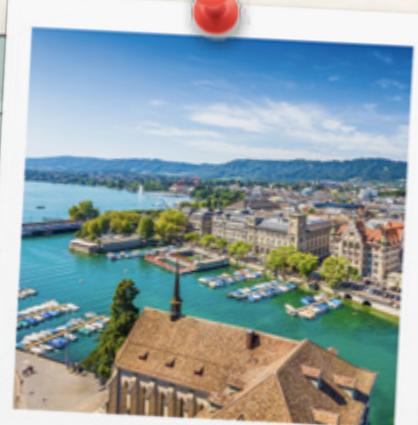
La Suisse n'a pas accès à la mer, mais ce n'est pas une excuse pour garder les pieds au sec! Sous réserve des décisions sanitaires à venir, voici quelques lieux choisis pour alterner mouvements de brasse et farniente.

→ A deux pas de la vieille ville de **Lucerne**, le «Seebadi» du XIX^e siècle a été remis au goût du jour: douches, vestiaires, solarium et buvette offrent tout le confort requis pour se baigner dans le lac avec une vue imprenable sur le Pilate. Les familles opteront pour le Lido ou la rive sud, où les plages aménagées en pente douce sont gratuites.

→ A l'autre bout du **lac des Quatre-Cantons**, dans la réserve naturelle du delta de la Reuss, un archipel artificiel, la Lorelei, a été



«Seebadi» à Lucerne



Ville de Zurich



le théâtre d'ombres de Java, l'une des formes les plus anciennes, aujourd'hui encore vivantes, de la tradition théâtrale asiatique.

Après ce bain de culture, prévoir une petite trempette dans les multiples bassins du spa aménagé sur le site de l'ancienne **Brasserie Hürlimann**. Sur le toit, une piscine en plein air offre une vue imprenable sur la capitale économique de la Suisse.

3. Les pieds

dans l'eau

aménagé avec les matériaux d'excavation du tunnel de base du Gothard. Les îles sont recouvertes de sable et, quand souffle le foehn, le Sud n'est pas loin: on peut les rejoindre à la nage pour s'y prélasser.

→ A Berne, la piscine gratuite du Marzili, sous les fenêtres du Palais fédéral, est un paradis, en été. Les bons nageurs se lanceront dans l'Aar, les enfants préféreront le toboggan, les vagues artificielles et les jeux flottants de la Piscine du Ka-We-De, toute proche. Du bassin, on entend les animaux du zoo du Dahlhözli qui longe la rivière et dont une bonne partie est également gratuite.

→ Célèbre pour ses chutes d'eau toutes proches, la vieille ville de Schaffhouse a aussi son Rhybadli, un bain urbain rétro aménagé sur le Rhin, avec buvette et parasols: laissez-vous porter par le courant, et recommencez!



4. Ponts, viaducs et nature

Pour épater les visiteurs anglais au XIX^e siècle, les chemins de fer rhétiques ont multiplié les ouvrages d'art, tel le **viaduc de Landwasser** dans les Grisons, qui surplombe la vallée à 65 mètres de hauteur. Il vaut la peine de s'offrir une carte journalière pour emprunter la ligne de l'Albula, inscrite au patrimoine de l'Unesco. Prévoir une halte dans le **parc régional Ela**, le plus grand des parcs naturels de Suisse, à cheval sur trois régions linguistiques. A Bergün, le Musée du chemin de fer ravira les aficionados du rail en racontant l'histoire de la construction de la ligne de l'Albula, avec ses innombrables ponts et tunnels hélicoïdaux.

Les possibilités de randonnées et les petits bourgs typiques ne manquent pas dans la région. On trouvera les propositions d'hébergement sur **parc-ela.ch**. Ne pas oublier, au retour, de s'arrêter à l'église de Mistail, restée intacte avec ses fresques moyenâgeuses.



Viaduc de Landwasser dans les Grisons

5. Un petit Musée d'Orsay

Si le baromètre fait grise mine, mettez le cap sur **Winterthour**: la petite sœur de Zurich vaut largement le voyage pour la qualité et la diversité de son offre culturelle. Commencer par la **collection Oskar Reinhart**: ce riche industriel a constitué cette collection unique de tableaux et l'a léguée à la Confédération... à la condition qu'on ne change rien à l'ensemble exposé dans une belle propriété sur les hauts de la ville. De Bruegel à Vincent Van Gogh, avec une part importante de tableaux français du XIX^e siècle et quelques statues, l'exposition permanente traverse l'histoire de l'art européen. Quant au **Musée des Beaux-Arts**, il n'a pas à rougir non plus de ses collections. Dans le même bâtiment se trouve le **Musée d'histoire naturelle** qui prépare pour l'été une exposition sur les marmottes.

Winterthour doit aussi sa notoriété à son **Centre pour la photographie**. L'institution met, cet été, Robert Frank, un photographe suisse majeur du XX^e siècle, à l'honneur.

Quand le soleil sera revenu, on ira voir les prouesses des vélos tout-terrain à dix minutes du centre, sur la piste de pumptrack aménagée dans le parc au bord de la rivière Töss. C'est l'une des premières du genre en Suisse et même les petits ont droit à un parcours adapté.

Winterthour étant à l'autre bout de la Suisse, il vaut la peine d'y passer la nuit. Par exemple, au Dépôt 195, gîte aménagé dans un ancien bâtiment industriel.



Winterthour

6. Un peu d'histoire

La prairie du **Grütl**, au bord du lac des Quatre-Cantons, a donné son nom au serment fondateur de la Suisse. Sur place, une petite exposition explique les origines de la Confédération. On y accède en bateau depuis Brunnen, sur la rive opposée, ou par un petit sentier qui descend du village de Seelisberg, du même côté.

Sur les hauteurs de ce village, on découvrira une des attractions du canton d'Uri: de spectaculaires remontées mécaniques construites pour exploiter des terres perchées entre lac et ciel. Elles sont aujourd'hui homologuées, mais fonctionnent à la bonne franquette, telle la petite télécabine qui rejoint l'alpage de Weid, au-dessus du petit lac alpin qui a donné son nom à **Seelisberg**. La vue est spectaculaire et les possibilités de randonnée multiples.

Cette escapade n'étant pas réalisable en un jour, on passera la nuit à l'auberge de jeunesse à Seelisberg ou à la ferme, à Weid.



Grütli

Elles ne vendent pas du rêve

CRÈMES DE NUIT Bon nombre d'entre elles contiennent des parfums allergènes dont la peau se passerait volontiers. La seule à obtenir la note maximale fait partie des produits les moins chers de notre sélection. *Julia Wyss / sp*

Qu'attend-on d'un soin de nuit pour le visage? Primo, qu'il régénère la peau pendant le sommeil. Secundo, qu'il renferme le moins possible de substances susceptibles de provoquer des allergies. Or, à la lecture des résultats de notre test, il y a de quoi déchanter: la moitié des cosmétiques ont été jugés «insuffisant»! Quatre crèmes sortent néanmoins du lot en s'adjugeant la mention suprême «très bon».

Parmi celles-ci, la I am, de Migros, fait un sans-faute. En plus d'offrir une hydratation durable, elle ne contient *pas* de parfum allergène. Au prix de 4.90 fr. les 50 ml, c'est aussi l'une des moins onéreuses du test. Au deuxième rang, on trouve la Beauté Suisse de Landi, vendue à un prix presque aussi doux. Avec ces deux produits, l'hydratation était 70% plus élevée qu'en l'absence de soin, quatre heures après l'application. Taux qui atteignait encore 60%, huit heures après.

Les produits Migros réussissent un joli tir groupé, puisque la Bellena et la Zoé se classent aux troisième et quatrième rangs avec, elles aussi, la mention «très bon». Dans le ventre mou du classement, la We! PH 5.5 Night Care de Coop et la Cien Gold de Lidl marquent le pas sur le quatuor de tête, avec une hydratation tombée sous les 30% après quatre heures. Lidl se justifie en arguant que son produit vise à protéger des signes du vieillissement et qu'une crème de jour est suffisante pour l'hydratation de la peau.

ODEURAGRÉABLE, MAISIRRITANTE

En plus d'être efficaces, les soins du visage devraient se passer de substances problématiques, surtout quand il s'agit de produits qui, comme les crèmes, ne sont pas rincés. De ce point de vue, la moitié des soins testés laissent à désirer. Parmi ceux-ci, on retrouve les cosmétiques naturels de

Weleda, de Lavera et de Natura-line de Coop. Certains contenaient même plusieurs parfums pouvant irriter la peau de personnes sensibles. Le laboratoire a décelé du géraniol, utilisé pour son odeur de rose, ou du linalol et du limonène, qui ont des senteurs de lavande et d'orange. Pire: au contact de

Astuces

Prenez soin de votre visage!

- Appliquer la crème sur une peau propre pour que son action soit optimale. Car la poussière, la transpiration et le maquillage bouchent les pores.
- L'utilisation d'une crème hydratante et nourrissante permet de ralentir le vieillissement. Avec l'âge, la peau perd de sa teneur en eau et en graisse. Elle devient de plus en plus fine et sèche et des ridules se forment.
- Les hommes devraient préférer une crème avant tout hydratante plutôt que nourrissante. En effet, leur peau est généralement plus épaisse et plus ferme que celle des femmes, mais aussi plus grasse.

l'air, ces substances s'oxydent et deviennent encore plus irritantes.

Weleda et Lavera expliquent qu'ils utilisent des parfums provenant d'huiles essentielles et naturelles. Coop souligne que sa gamme Naturaline propose également une crème pour peaux ultra-sensibles.



- 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	I AM	BEAUTÉ SUISSE	BELLENA	ZOÉ	WEL!
Désignation	Crème de nuit régénératrice	Crème de nuit régénérante	Crème de nuit	Aqua Crème de nuit régénérante	PH 5.5 Sensitive Night Care
Acheté chez	Migros	Landi	Migros	Migros	Coop City
Prix payé	4.90 fr.	5.60 fr.	4 fr.	17 fr.	7.30 fr.
Contenance	50 ml	50 ml	50 ml	50 ml	50 ml
Prix aux 100 ml	9.80 fr.	11.20 fr.	8 fr.	34 fr.	14.60 fr.
Hydratation après 2 heures	20%¹	6.0	6.0	5.8	5.7
Hydratation après 4 heures	40%¹	6.0	6.0	5.5	5.6
Hydratation après 8 heures	40%¹	6.0	5.8	5.3	5.3
Parfums allergènes ²	Non	Non	Non	Non	Non
Parfums avec potentiel allergène élevé ³	Non	Non	Non	Non	Non
Note finale	6.0	5.9	5.5	5.5	4.5
Appréciation	Très bon	Très bon	Très bon	Très bon	Satisfaisant



Si la note est identique, classement selon le prix.
Egalement disponible chez: ⁴ Coop; ⁵ impo.ch; ⁶ Manor; ⁷ Migros; ⁸ Sun Store; ⁹ Coop City; ¹⁰ Pharmacies et drogueries.

¹ Pondération pour la note intermédiaire. ² Déduction de 0,5 point si la concentration des parfums allergènes dépasse 10 mg/kg. ³ Dédu-



===== En détail =====

Les critères du test

L'Institut SGS Fresenius, à Wörgl (A), a testé les douze crèmes de nuit selon les critères suivants:

Hydratation de la peau

A l'aide d'un cornéomètre, les experts ont mesuré le taux d'humidité de la peau à l'intérieur de l'avant-bras. A cet endroit, l'épiderme est particulièrement sensible et homogène, ce qui facilite les comparaisons. L'étude a été réalisée sur dix femmes âgées de 25 à 58 ans. Les mesures ont été prises avant l'application de la crème, puis après deux heures, quatre heures et huit heures.

Parfums allergènes

Le laboratoire a traqué la présence et la concentration de 26 parfums allergènes. Ceux-ci doivent être déclarés à partir de 10 mg/kg dans les produits qui restent appliqués sur la peau. En quantité moindre, les autorités les considèrent comme sûrs. Ces substances n'améliorent pas l'action des produits. Leur seule fonction est de les rendre plus attrayants. Nous avons donc déduit 0.5 point dès qu'une des substances dépassait la valeur de 10 mg/kg. Nous avons déduit 1 point supplémentaire pour les substances particulièrement problématiques, nous basant sur les recommandations du Comité scientifique européen pour la sécurité des consommateurs.



CIEN	THE BODYSHOP	NATURALINE	OMBIA	NIVEA	LAVERA	WELEDA
Or Crème de nuit régénératrice	Vitamin E Crème de nuit nourrissante	Crème de nuit	Crème de nuit aqua-complete	Crème bonne nuit	Crème de nuit régénérante	Iris soin de nuit rafraîchissant
Lidl 7.99 fr. 50 ml 16 fr.	The Body Shop ⁴ 29.95 fr. 50 ml 59.90 fr.	Coop City ⁴ 11.95 fr. 50 ml 23.90 fr.	Aldi 3.95 fr. 50 ml 7.90 fr.	Coop City ^{5, 6, 7, 8} 9.60 fr. 50 ml 19.20 fr.	Alnatura ^{6, 9} 13.90 fr. 50 ml 27.80 fr.	Coop City ¹⁰ 16.50 fr. 30 ml 55 fr.
4.7	5.8	5.6	5.3	5.6	5.5	5.2
4.3	5.4	5.3	5.0	5.0	4.8	4.8
4.4	5.1	4.8	4.9	4.7	4.8	4.4
Non	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Non	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
4.4	3.9	3.7	3.5	3.5	3.4	3.2
Satisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant

Dominique Schatz

ction supplémentaire de 1 point si certains parfums détectés ont un potentiel élevé d'allergie selon le Comité scientifique européen pour la protection des consommateurs

Test réalisé en partenariat avec saldo.

MA SANTÉ

VOTRE SANTÉ EST NOTRE PRIORITÉ!

- des tests
- des comparatifs
- des enquêtes
- des conseils pratiques
- sur papier et/ou en ligne

Mon adresse

Nom

Prénom

Rue/N°

Code postal/Ville

N° de téléphone

E-mail

Date

Signature

5/20

Coupon à renvoyer à MA SANTÉ, Service des commandes
Rasude 2 – Case postale 1440 – 1001 Lausanne
Par fax: 021 310 01 39

N° 2 | Mars/Avril 2020 | Bimestriel | Fr. 6.00 | UNE PUBLICATION DE

BON À SAVOIR



MA SANTÉ

Service juridique gratuit
réserve aux abonnés
021 310 18 20

MYOPIE
Boom chez les enfants 9

MICROBIOTE
Acteur clé de la santé 10

AUTOTESTS
Des patients-médecins 15

CHECK-UP
A quand le prochain? 16

TESTS ET COMPARATIFS
↳ Lingettes humides
↳ Citrons et oranges

LIRE pages 6-8

Epidémie, famille et travail
Gérer le quotidien à la maison

ABONNEMENT à Ma Santé

Je m'abonne pour:

- 1 an (6 parutions): 36 fr.**
- 2 ans: 67 fr.**

- Rabais sur les guides pratiques
- Accès au site masantemag.ch
- A lire également en version e-paper

JE M'ABONNE

021 310 73 67 | abo@masantemag.ch | www.masantemag.ch/abonnements

Construire en étant bien couvert

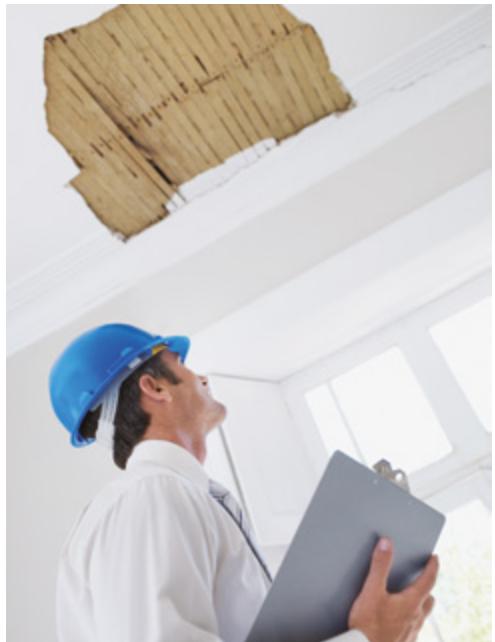
IMMOBILIER Il est très recommandé de souscrire une RC maître d'ouvrage et une assurance des travaux de construction lorsqu'on bâtit sa maison. Explications et comparaison des primes. *Sébastien Sautebin*

C'est un rêve partagé par de nombreux Suisses: construire sa propre maison. Mais cette merveilleuse aventure peut réservier quelques mauvaises surprises. Des coups durs de toutes sortes se produisent régulièrement sur les chantiers. Certains restent mineurs, comme quelques graffitis sur la façade ou le vol des sanitaires, mais d'autres sont bien plus graves. Mieux vaut donc être bien assuré, que l'on fasse construire ou rénover sa maison.

L'assurance RC du maître d'ouvrage couvre les dommages corporels et matériels que les travaux peuvent occasionner à des tiers. Il faut en conclure une absolument, même si elle n'est pas obligatoire. Pourquoi? Tout simplement parce que le maître d'ouvrage, soit le propriétaire, est responsable de tous les dommages causés à des tiers, en rapport avec le chantier. La facture peut vite atteindre des montants considérables si, par exemple, les vibrations des travaux d'excavation font apparaître des fissures dans la villa du voisin ou si une tuile tombe sur la tête d'un passant.

Outre le paiement des dommages, la RC défend aussi contre les prétentions injustifiées ou excessives et assure une protection juridique en cas de procédure pénale. En revanche, elle n'assume pas les dégâts occasionnés au chantier lui-même, qui ne peuvent être imputés à aucun des intervenants.

L'assurance bâtiment pour la durée de construction couvre les dommages dus au feu et aux éléments naturels. Il peut être judicieux d'en contracter une dans les cantons du Valais et de Genève où elle est facultative. Elle est



couverte les dégâts matériels résultant d'accidents lorsque la cause et la responsabilité ne sont pas établis, mais aussi les actes de vandalisme et les vols. En avançant les montants des dégâts, elle permet que les travaux se poursuivent dans les meilleurs délais. Mais attention: certains risques ne sont pas toujours assurés par la police de base, notamment ceux qui ne concernent pas le bâtiment directement, par exemple les dégâts aux clôtures, etc. Pour y remédier, il peut être pertinent de contracter une couverture complémentaire pour risques particuliers.

BIEN COMPARER LES OFFRES

La RC maître d'ouvrage et la couverture des travaux de construction, avec modules complémentaires, sont d'autant plus recommandées que leur prix total reste abordable. Ainsi, selon notre scénario (*voir tableau*), leur coût total va de 975 fr. à 1893 fr. pour une maison de trois étages à 750 000 fr. Le montant de la prime, qui peut présenter des écarts notables, comme le montre notre tableau, ne doit pas constituer le seul critère de choix. Les prestations incluses et les conditions générales d'assurance (CGA) peuvent en effet varier considérablement. Il est opportun de bien déterminer les objets et les coûts qui doivent être assurés, par exemple en discutant avec l'architecte, puis de demander des offres à plusieurs compagnies en lisant scrupuleusement leurs CGA.



* Plus d'infos
dans notre guide
«Toutes vos assurances»
(page 2)

Les primes de 7 compagnies

Prime unique valable pendant toute la période de construction pour une nouvelle maison familiale à Lausanne, trois étages, coûts de construction: 750 000 fr. Bon terrain sec facile à traiter, pas de danger particulier, méthode de construction traditionnelle. Pour la RC, la somme assurée est de 5 millions, avec une franchise de 1000 fr. Droit de timbre de 5% inclus, ainsi que toutes les taxes. Il s'agit d'un nouveau client.

ASSUREUR	ASSURANCE DES TRAVAUX EN COURS DE CONSTRUCTION	COUVERTURE COMPLEMENTAIRE POUR RISQUES PARTICULIERS ²	ASSURANCE RC DU MAÎTRE D'OUVRAGE	MONTANT TOTAL ⁵
Zurich	485.70 fr.	216.10 fr.	273.30 fr.	975.10 fr.
Helvetia	512.70 fr.	285.85 fr.	332.90 fr.	1 131.45 fr.
Vaudoise	610.05 fr.	223.65 fr.	316.10 fr.	1 149.80 fr.
Allianz	401.60 fr.	92.60 fr.	659.60 fr.	1 153.80 fr.
Mobilière	624.80 fr.	249.90 fr. ³	336.00 fr.	1 210.70 fr.
Bâloise	¹	¹	¹	1 284.20 fr. ¹
AXA	1329.30 fr.	Inclus dans la prime de base. ⁴	563,85 fr.	1 893.15 fr.

L'assureur Generali n'a pas souhaité participer à notre comparatif. ¹ Assurance easyConstruct ECO proposée en paquet global. ² Somme assurée: 25 000 fr. ³ Somme ass. 50 000 fr. ⁴ Somme ass. 30000 fr. ⁵ Lorsque les compagnies accordent un rabais combiné, celui-ci a été inclus dans le montant total du tableau ainsi que dans celui des différentes primes.

10?

Les employés de maison en période de pandémie

DROIT DU TRAVAIL Femme de ménage, nounou ou aide à domicile: les employés de l'économie domestique ont des droits, même s'ils ne travaillent que quelques heures par semaine ou par mois. *Silvia Diaz*

1 Par mesure de précaution, je ne veux pas que ma femme de ménage vienne chez moi. Dois-je la payer?

Oui. Les activités des travailleurs de l'économie domestique n'ont pas été interdites. Elle sont possibles moyennant de respecter les règles d'hygiène et de distanciation sociale. Si l'employeur, par mesure de précaution, préfère se passer de leurs services, il doit tout de même payer le salaire.

2 Et si je suis une personne vulnérable?

Les règles sont les mêmes. Il est aussi possible de recevoir votre employée moyennant respect des mesures de précaution nécessaires. Si cela n'est pas possible, ou si vous n'êtes pas tranquille, vous pouvez lui demander de ne pas venir, mais son salaire reste dû.

3 Je n'ai jamais déclaré ma dame de compagnie. Dois-je quand même la payer si je lui demande de ne plus venir?

Oui. L'employée peut réclamer son salaire même si vous ne l'avez pas affiliée aux caisses d'assurances sociales obligatoires. Tel est également le cas si elle n'a pas de permis de travail.

4 Mon aide de ménage a le coronavirus et ne peut pas travailler. Combien de temps dois-je le payer?

Si vous n'avez pas souscrit d'assurance perte de gain pour votre employé, vous devrez la payer pendant une durée limitée qui dépend de ses années de service. En principe, c'est l'échelle bernoise qui s'applique. Le droit au salaire en cas de maladie va de trois semaines pendant la première année



8 Si je suis licenciée par mon employeur, parce qu'il ne veut plus personne chez lui, est-ce que je serai pénalisée par la caisse de chômage?

Non, car votre perte d'emploi n'est pas fautive. Si vous avez exercé une activité lucrative soumise aux cotisations du chômage pendant la durée prévue par la loi – en principe douze mois sur les deux dernières années, sauf motif de libération –, vous pourrez prétendre à des allocations.

9 Je suis aide de ménage et personne à risque. Si je ne vais pas travailler, serai-je payée?

Oui, si votre employeur ne peut pas vous garantir des mesures de protection suffisantes sur votre lieu de travail comme le respect strict des distances. Ou le port d'équipement de sécurité, si un contact étroit est inévitable. Et également si, pour des raisons particulières, vous estimatez que le risque d'infection est trop élevé, vous pourrez demander un congé avec maintien du salaire. Votre patron peut néanmoins exiger un certificat médical.

10 Mon mari est à risque et j'ai peur de l'infecter. Puis-je refuser d'aller travailler?

Non. Si vous n'êtes pas vous-même dans la catégorie des personnes vulnérables. Vous ne pouvez pas refuser de vous rendre au travail si votre employeur respecte les consignes et assure votre sécurité. Vous pouvez tenter négocier de prendre ce temps sur vos vacances ou demander un congé non payé. Mais le patron n'est pas tenu d'accepter et pourrait, dans le pire des cas, vous licencier.

à six mois à partir de la vingtième année.

5 J'emploie une nounou. Je suis en télétravail et je peux garder mes enfants moi-même. Puis-je la licencier?

Oui. Si vous n'avez plus besoin de ses services, le motif de résiliation n'est pas abusif. Mais vous devrez respecter le préavis de son contrat, et la payer pendant ce délai, même si elle ne vient plus chez vous. Attention! Si elle est enceinte ou malade, vous n'avez pas le droit de la licencier.

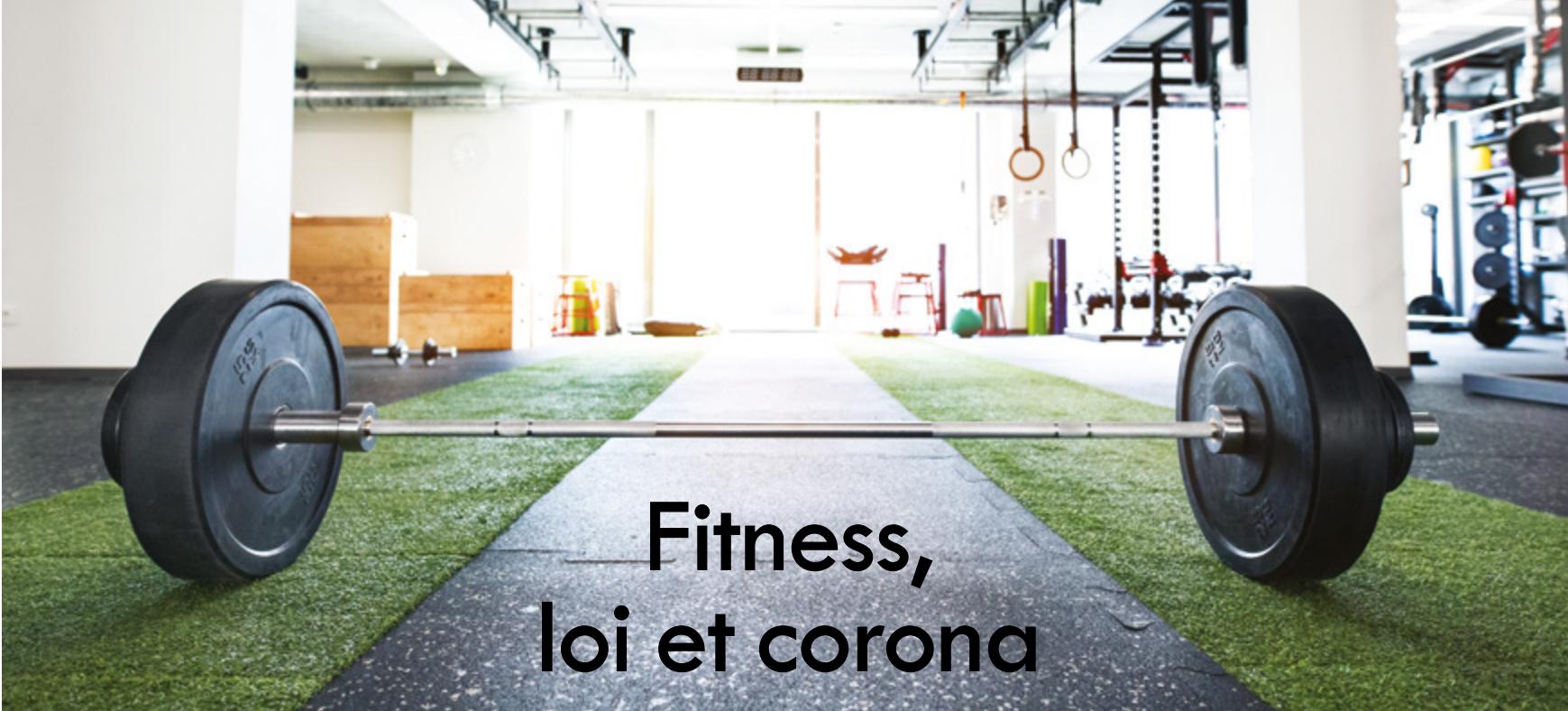
6 Quel préavis dois-je respecter?

Vous devez vous référer au contrat de travail. Il ne peut cependant pas prévoir un délai inférieur à

un mois. Si rien n'est précisé par écrit, le préavis à donner dépend de l'ancienneté de votre employée. Selon l'article 335c du CO, ce délai est d'un mois pour la fin d'un mois pendant la première année de service, de deux mois entre la deuxième et la neuvième et de trois mois au-delà.

7 Cette situation est temporaire. Puis-je demander à ce qu'elle bénéficie du chômage partiel au lieu de la licencier?

Non. Comme indiqué plus haut, l'activité des travailleurs domestiques n'a pas été interdite. Si vous ne voulez pas qu'elle vienne par crainte d'infection, sa perte de travail est liée à un choix personnel et pas à la conjoncture économique.



Getty

Fitness, loi et corona

ABONNEMENTS Après leur fermeture provisoire, les centres de fitness ont pris diverses mesures de compensation à l'égard de leurs membres. Mais quels sont vraiment les droits des clients, et de quoi faut-il tenir compte dans le contexte actuel? *Sébastien Sautebin*

La sueur ne coule plus sur les tapis de course. Comme les autres lieux de divertissement, les 1000 fitness de notre pays ont été contraints de fermer provisoirement leurs portes. *Bon à Savoir* a réalisé un rapide pointage auprès d'une quinzaine de centres romands. La plupart d'entre eux affirment qu'ils compenseront tout ou partie de la durée de fermeture par une prolongation des abonnements. Toutefois, certains studios continuent d'exiger que les mensualités soient payées, alors que d'autres les ont suspendues. Nos interlocuteurs ont aussi répondu à la quasi-unanimité qu'ils excluent tout remboursement. Mais quels sont, en réalité, les droits des 800 000 abonnés suisses?

LIRE LES CONDITIONS GÉNÉRALES

En fait, la réponse dépend d'abord du contrat signé. «Il importe de contrôler si les conditions générales (CG) prévoient une solution spécifique en cas d'impossibilité passagère ou durable pour le fitness d'offrir ses prestations», explique Pascal Pichonnaz, président de la Commission fédérale de la consommation et professeur de droit à l'Université de Fribourg. Les CG peuvent, par exemple, spécifier une mise en pause de l'abonnement avec un crédit de temps ou même exclure tout remboursement. Attention, une clause

sera nulle si elle est abusive (art. 8 LCD). «Ce pourrait être le cas lorsque la solution est excessivement défavorable au client en ne prévoyant, par exemple, aucune prestation de remplacement», avance Sylvain Marchand, professeur de droit civil à l'Université de Genève.

SUSPENSION ET REMBOURSEMENT

Lorsque le contrat ne prévoit rien ou que la clause est abusive, ce sont les dispositions du Code des obligations qui s'appliquent. «Les fitness étant dans l'impossibilité juridique et non fautive de fournir leurs prestations, ils sont libérés de leurs obligations (art. 119 CO)», relève Sylvain Marchand. En contrepartie, les clients sont, eux, libérés de leur obligation juridique de payer leur abonnement. Cela veut dire qu'ils ont le droit de refuser de verser leurs mensualités durant la période de fermeture. «Et ceux qui ont réglé au préalable toute l'année ont droit théoriquement à un remboursement proportionnel (art. 62 CO)», note le professeur de droit, qui suggère toutefois de prendre en compte la situation difficile des fitness. Le spécialiste rappelle que des solutions à l'amiable peuvent être trouvées «comme une extension de la durée de l'abonnement» si le studio n'en a pas proposé (*lire encadré*).

RÉSILIATION POSSIBLE

La situation actuelle autorise-t-elle à résilier son abonnement? Ici aussi, on vérifiera d'abord les conditions générales. En l'absence de clause spécifique, la suite dépend de la date à laquelle le contrat prend fin. «S'il échoit durant la période de fermeture, il y a impossibilité durable. Les clients ont alors droit au remboursement de la part payée en trop (art. 119 CO)», avertit Pascal Pichonnaz, qui met, toutefois, lui aussi en avant, le risque de faillite et rappelle qu'on peut aussi accepter d'autres solutions.

Pour les clients dont l'abonnement ne se termine pas durant la période de fermeture du fitness, «il y a impossibilité passagère et on peut appliquer les règles de la demeure qualifiée», souligne Pascal Pichonnaz. Concrètement, cela signifie que les clients sont des créanciers. Ils peuvent fixer un délai raisonnable, par exemple d'une semaine, au fitness, qui est le débiteur, pour qu'il s'exécute, c'est-à-dire qu'il ouvre de nouveau. Si cela n'est pas fait, ils ont le droit de résilier leur contrat (art. 107 al. 2 CO).

***** Bon sens *****

Trouver des solutions raisonnables

Tout en défendant les droits des consommateurs, il paraît essentiel de rappeler, ici, que les fitness n'ont pas eu le choix d'interrompre leurs activités. Plusieurs établissements nous ont confié que cette situation très difficile met d'ailleurs leur existence même en danger. Personne n'a envie de voir des entreprises faire faillite. Le Service juridique de *Bon à Savoir*, ainsi que les deux experts consultés, recommandent donc de faire preuve de souplesse et de privilégier la négociation, afin de trouver des solutions raisonnables et arrangeantes pour les deux parties. Il faut souligner que l'immense majorité des studios romands ont pris des mesures en faveur de leurs membres, dont des compensations sous forme d'un crédit de temps. Nul doute que de nombreux clients en sont satisfaits, et que d'autres seront disposés à s'en contenter, parce qu'ils comprennent la situation actuelle et apprécient le club où ils s'entraînent.

Une bonne machine pas chère, ça existe!

LAVE-LINGE Parmi les huit modèles à moins de 1000 fr. testés, le meilleur lave très bien, mais son prix peut refroidir certains budgets. Le deuxième du classement coûte beaucoup moins, tout en étant efficace. *Jonas Arnold / seb*



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

Huit lave-linge à moins de 1000 fr.



MARQUE	ELECTROLUX	OK	ZANUSSI	WHIRLPOOL
Désignation	WAGL6S200	OMW 1622CH A3	ZWT 3207	AWCH6522
Acheté chez	galaxus.ch ⁴	MediaMarkt	Fust ^{5, 6}	brack.ch ⁵
Prix payé	747 fr.	299.95 fr.	699 fr.	497 fr.
Dimensions (larg. X haut. X prof.)	60 cm x 85 cm x 50 cm	60 cm x 85 cm x 45 cm	40 cm x 89 cm x 65 cm	40 cm x 89 cm x 64 cm
Capacité	6 kg	6 kg	6 kg	6 kg
Prix approximatif par lessive à 40 °C / 60 °C ¹	0.93 fr. / 0.91 fr.	0.95 fr. / 0.99 fr.	0.99 fr. / 1.14 fr.	0.91 fr. / 0.92 fr.
1. Lavage	70%²	5.6	5.2	5.4
→ Propreté, rinçage, essorage	70% ³	5.4	5.0	5.1
→ Température de lavage	30% ³	6.0	5.5	6.0
2. Consommation d'eau et d'électricité	20%²	5.1	5.0	4.4
3. Bruit	5%²	4.1	4.1	4.4
4. Maniement	5%²	4.8	4.3	4.8
Note finale	5.4	5.1	5.1	5.0

	ELECTROLUX	OK	ZANUSSI	WHIRLPOOL
Appréciation	Bon	Bon	Bon	Bon
Avantages et inconvénients	+ Meilleur résultat au lavage; coût le plus bas pour les lessives à 60 °C - Ecran difficile à lire	+ La moins gloutonne en eau; bon résultat au lavage - Rinçage peu approfondi; ouverture de la porte un peu difficile	+ Rinçage et essorage rigoureux; facile à utiliser - Coût de lavage élevé; bruyant à l'essorage	+ Peu encombrante; gestion claire des programmes - Bruyant à l'essorage, filtre difficile à nettoyer

Si la note est identique, classement selon le prix.

¹ Base pour le calcul: 20 ct./kWh, 1.50 fr. par m³ d'eau/eaux usées, 57 ct. pour 98 g de poudre à laver universelle de la marque Persil. ² Pour

³ nettoshop.ch; ⁴ galaxus.ch ⁵ En cas de note insatisfaisante au critère du lavage, la note finale est plafonnée à même hauteur.

Vous ne voulez ou ne pouvez pas faire votre lessive dans la machine de l'immeuble, notamment en raison d'horaires peu commodes? Bon à Savoir a testé pour vous huit petits lave-linge vendus moins de 1000 fr. Ces modèles peuvent contenir six kilos d'habits et se branchent sur le lavabo de la cuisine ou sur celui de la salle de bain.

EFFICACITÉ POUR 300 FR.

Cinq appareils obtiennent une bonne note. Le WAGL 6S 200 d'Electrolux se place en tête. Il est facile à utiliser et, surtout, c'est celui qui lave le mieux, tout en consommant relativement peu d'eau et d'électricité. A 40°C (lire «Les critères du test»), il est parvenu à éliminer aussi bien des taches tenaces de vin rouge que de chocolat! Et, pour ne rien gâcher, il rince et essore particulièrement bien. Des performances qui ont un prix:

747 fr., ce qui en fait le deuxième appareil le plus cher du test.

Arrivé deuxième, le OMW 1622 CH A3 de OK, une marque propre de MediaMarkt, est un choix intéressant, puisqu'il ne coûte que 299.95 fr. Toutefois, s'il a, lui aussi, éliminé presque toutes les taches, le linge a été nettement moins bien essoré.

**Avant d'installer
un lave-linge,
demandez l'accord
du bailleur et confiez
le travail à un pro.**

OUVERTURE HAUTE OU HUBLOT

Les deux meilleurs sont à chargement frontal (hublot). Ils sont suivis par trois modèles à ouverture par le dessus. Ces variantes, plus étroites et un peu plus hautes, s'intègrent mieux dans des couloirs ou

des niches, mais elles ne sont pas conçues pour être placées sous les lavabos ou sous un plan de travail.

Les appareils à ouverture haute ont tous obtenu une bonne note. Le WT 3207 de Zanussi nettoie quasi-maintenant aussi bien que le vainqueur. Sa consommation, elle, déçoit: c'est le lave-linge le plus gourmand en électricité et en eau du test. Et, comme le AWCH 6522 de Whirlpool, il essore assez bruyamment.

TEMPÉRATURE TROP BASSE

Acheté 757 fr., le WTCH 6930 de Bauknecht, est, quant à lui le plus cher de notre sélection. Loin d'exceller au lavage, il ne se place qu'au cinquième rang. A l'inverse, le Bak 6 de Mio Star, est le moins coûteux à l'achat, et il a éliminé les taches tenaces à 40°C. Malheureusement, sa température n'a atteint que 50°C avec le programme à 60°C et les experts lui reprochent son embrasure de porte tran-

chte. Le Bak 6 n'est donc que «satisfaisant».

Le GVS 34 de Candy fait encore pire avec une température à 45°C au lieu de 60°C. Nous ne le recommanderons donc pas pour les sous-vêtements et les serviettes de bain! En outre, les taches de vin rouge, de chocolat et de sang lui ont causé bien des soucis. Verdict: «insatisfaisant»!

Enfin, les performances de lavage du Novamatic WA 1260 n'ont pas convaincu non plus. Des traces de graisse étaient encore visibles, alors qu'elles ont disparu avec les autres machines. Selon Fust, c'est un modèle d'entrée de gamme pour un usage quotidien, destiné aux consommateurs qui n'ont pas souvent du linge très sale. De son côté, Candy Hoover, fabricant du GVS 34 se dit surpris. Lors de ses propres tests, la température aurait dépassé 60°C et le lavage aurait donné de meilleurs résultats.

En détail

Les critères du test

Les huit machines à laver ont été confiées à un laboratoire français qui a procédé aux examens suivants.

1. Lavage

Les experts ont utilisé les programmes standard pour le coton à 40°C et à 60°C, trois fois pour chaque température, avec un taux de remplissage de 80%. Ils ont ensuite évalué la propreté du linge, la qualité du rinçage et l'humidité résiduelle après essorage. Ils se sont aussi intéressés à la température réelle en mode 60°C.

2. Consommation d'eau et d'électricité

Ces deux valeurs ont été relevées pour les programmes standard à 40°C et à 60°C.

3. Bruit

Le laboratoire a mesuré le volume sonore à une distance de cinq mètres. De plus, trois experts ont procédé à une évaluation subjective des bruits.

4. Maniement

Les appréciations ont, ici aussi, été confiées à trois spécialistes. Les lave-linge sont-ils faciles à utiliser et leur fonctionnement simple à comprendre? La porte s'ouvre-t-elle et se ferme-t-elle parfaitement? Le filtre est-il difficile à nettoyer?



BAUKNECHT	MIO STAR	CANDY	NOVAMATIC
WTCH 6930 brack.ch 5,7 757 fr. 40 cm x 89 cm x 66 cm 6 kg 0,94 fr. / 0,97 fr.	Bak 6 Melectronics 299 fr. 60 cm x 84 cm x 56 cm 6 kg 0,91 fr. / 0,92 fr.	GVS34 126DC3/2-S Interdiscount 499 fr. 60 cm x 84 cm x 41 cm 6 kg 0,91 fr. / 0,92 fr.	WA 1260 Fust 599 fr. 60 cm x 85 cm x 61 cm 6 kg 0,88 fr. / 0,92 fr.
4,9	4,7	3,8	3,7
4,6	5,2	4,1	3,6
5,5	3,5	3,0	4,0
5,2	5,0	5,2	5,2
4,5	4,3	4,0	4,2
4,5	4,2	4,5	4,1
4,9	4,7	3,8 ^b	3,7 ^b
Bon	Satisfaisant	Insatisfaisant	Insatisfaisant
+ Machine la moins bruyante du test; durées de lavage courtes - Résultats de lavage moyens; bouton de commande rotatif difficile à tourner	+ Essorage le plus efficace; lave-linge le moins cher du test - Température trop basse pour le programme à 60°C; temps de lavage long	+ Contrôlable par application; peu encombrante - Bruyante à l'essorage; temps de lavage long	+ Coût le plus bas pour les lessives à 40°C; rinçage efficace - Propreté insatisfaisante; prend beaucoup de place

^a pondération pour la note finale.

^b pondération interne au critère.

Egalement disponible chez: ⁴ Fust; ⁵ Interdiscount;

Test réalisé en partenariat avec saldo.

**CONSEIL
JURIDIQUE
GRATUIT**



Darin Vanselow

**DU LUNDI AU VENDREDI
9 h à 13 h (non-stop)**

Nos quatre juristes, Catherine Amiguet, Silvia Diaz, Kim Vallon et Timko Chatagnat répondent aux questions du quotidien, touchant notamment 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>Contact
→ Le service juridique

Joindre copie des pièces utiles.

EN PODCAST LA RADIO

Retrouvez nos juristes une semaine sur deux sur LFM à 8 h le jeudi matin et en podcast sur notre site internet bonasavoir.ch

1. Mon employeur m'espionne

TRAVAIL «Mon patron ne me fait pas confiance et lit les e-mails que j'ai envoyés pour vérifier si j'effectue correctement mon travail. En a-t-il le droit?»

En règle générale, il n'est pas autorisé à le faire. En effet, même si le temps passé à des fins privées sur un ordinateur peut avoir des répercussions sur la productivité d'un collaborateur, cela n'autorise pas, pour autant, son patron à ignorer les normes sur la protection des données et de la personnalité. Ainsi, à l'exception de quelques domaines spécifiques, il est interdit de vérifier systématiquement les e-mails envoyés par les employés. De même, tout logiciel ou système de surveillance destiné à contrôler en permanence l'activité d'un salarié sont proscrits.

Toutefois, il existe des exceptions à ces règles. En cas de soupçon d'abus, l'employeur pourra procéder à une enquête. Celle-ci doit être mise en place de manière à ce que l'atteinte à la personnalité soit la plus minime possible. En ce qui concerne les e-mails, il serait envisageable, dans un premier temps, de ne regarder que l'heure et la taille du fichier et, ensuite seulement, si nécessaire, le titre et le contenu d'un message en particulier.



Dans tous les cas, il doit exister un règlement ou une directive au sein de l'entreprise précisant aux employés les limites de l'utilisation des courriers électroniques et d'internet. Ce texte peut notamment prévoir l'archivage des

correspondances, des authenticifications pour certains accès ou, encore, l'interdiction complète d'utiliser internet pour des motifs privés pendant les heures de travail.

Timko Chatagnat

2. Déménagement et état des lieux

BAIL «Mon bail se termine dans deux semaines, mais le propriétaire ne répond pas. Je ne pourrai pas faire l'état des lieux de sortie avant la restitution des locaux. Qu'est-ce que je risque?»

Pas grand-chose, car cette situation est à votre avantage. En effet, l'état des lieux est une règle usuelle, mais non obligatoire. Lors de la fin du bail, la loi exige essentiel-

lement deux choses. La première est la remise en état des locaux. Il s'agit de les nettoyer méticuleusement et de réparer les menus défauts par des travaux qui peuvent être facilement réalisés soi-même. La deuxième exigence veut que le bailleur vérifie l'état de l'appartement et avise immédiatement le locataire d'un éventuel problème.

Dans votre cas, si vous ne recevez aucune réponse de votre propriétaire, vous devriez, par recommandé, l'inviter à venir à la restitution des lieux, le dernier jour du contrat. S'il ne donne aucune suite à cette invitation et

sans état des lieux, il disposera de cinq jours suivant la fin du bail pour envoyer un avis de défaut. En outre, il devra apporter la preuve que vous avez causé ce dommage. Passé ce délai, la chose restituée sera tenue pour acceptée et seuls d'éventuels défauts cachés pourront vous être reprochés.

Enfin, les clés pourront être remises au concierge, apportées directement au bailleur ou envoyées par courrier recommandé. N'oubliez pas de garder la quittance ou une preuve qu'elles ont bien été déposées.

Timko Chatagnat

3. Prisonnier de cours en ligne

ABONNEMENT EN LIGNE «Je me suis inscrit à des cours de langue en ligne. J'ai rapidement constaté que la méthode d'enseignement ne me convenait pas. La plateforme a refusé ma demande de résiliation, arguant que la durée minimum du contrat était de un an. Que puis-je faire?»

Tout d'abord, pour rappel, il n'existe pas, en Suisse, un droit de rétractation après avoir conclu un tel contrat. Ainsi, si la plateforme de cours ne proposait pas cette possibilité dans ses conditions générales (CG), vous ne pouvez, hélas, pas faire annuler l'abonnement, même si vous avez réagi tout de suite.

Par ailleurs, ce genre de contrat est en grande partie soumis au principe de la liberté contractuelle.

Le site internet est donc libre de prévoir différentes clauses dans ses CG, comme des délais de résiliation, une durée de validité ou une période d'essai gratuite. Il est admis que vous avez accepté ces conditions lors de la conclusion de l'abonnement. Alors, si les CG de la plateforme mentionnent bien une durée minimale d'une année, il n'est pas possible d'exiger une résiliation anticipée si la prestation ne vous convient pas.

Néanmoins, s'il s'avère que la méthode d'enseignement pratiquée en réalité ne correspond pas à ce qui est indiqué sur le site internet, il vous resterait la possibilité de résilier le contrat. Dans ce cas, vous pourriez vous prévaloir d'une mauvaise exécution, dès lors que le site annonçait, par exemple, des cours virtuels avec des professeurs, alors qu'il s'agit, en fait, de simples exercices en ligne.

Catherine Amiguet

4. Argent «sale»

ARGENT «Ma pharmacie habituelle refuse actuellement les paiements en espèces. Ce serait pour des raisons sanitaires liées à l'épidémie de coronavirus, pour éviter de toucher des pièces ou des billets. En a-t-elle le droit?»

Dépuis le début de la crise, de plus en plus de commerces incitent leur clientèle à éviter le cash au profit de moyens de paiement sans contact (par carte ou au moyen d'un smartphone). Certains ont même tout simplement interdit les paiements en espèces. Pourtant, la loi suisse est claire. Un client doit pouvoir payer en liquide dans n'importe quel commerce. C'est la loi fédérale sur l'unité monétaire et les moyens de paiement (LUMMP) qui impose cette obligation.

Les magasins qui bannissent le cash sont-ils dans l'illégalité? Pas nécessairement, car la LUMMP ne donne pas un droit absolu à payer en espèces. Les conditions générales du commerce peuvent ainsi exclure certaines formes de paiement comme le cash, dans l'exemple de votre pharmacie. Dans ce contexte, il est toutefois essentiel que l'acheteur soit informé au préalable de cette dérogation. En d'autres termes, le message doit être clairement affiché. Si le client ne l'a pas vu ou s'il n'y en avait pas, il peut renoncer à la transaction. Dans un restaurant, le consommateur doit même être informé au moment de la commande.

En résumé, coronavirus ou pas, un commerce peut refuser les achats en cash, mais cela doit être clairement indiqué par le biais d'une affiche à la caisse, voire à l'entrée de l'établissement. Le client, quant à lui, est libre de reposer la marchandise et de quitter le commerce s'il n'a pas la possibilité de payer par voie électronique.

Kim Vallon

5. Clap de fin prématuré

SPECTACLES «J'ai des places pour un concert prévu cet été. L'organisateur vient d'annoncer que l'événement était annulé et reporté à une date ultérieure et que les billets restent valables. Je préférerais être remboursé. Comment faire?»

Cela dépend des conditions générales de vente (CGV) de l'organisateur du spectacle ou du point de vente auprès duquel vous vous êtes procuré les billets. Celles-ci peuvent tout à fait exclure tout remboursement en cas d'annulation de l'événement pour des circonstances exceptionnelles et dont l'organisateur n'est pas responsable.

Les CGV peuvent également prévoir d'autres modalités, comme le report du spectacle à une date ultérieure. Dans ce cas, sauf avis contraire, les tickets initialement acquis restent valables. Ces conditions doivent toutefois être suffisamment claires et ne laisser aucune place à l'interprétation. Si elles sous-entendent que le client a le choix de garder son billet pour la prochaine date ou refuser, dans ce cas le remboursement doit être envisagé.

Dans la plupart des cas, il est possible de conclure une assurance à l'achat d'un billet, moyennant quelques francs supplémentaires. Attention, car la fermeture des lieux de spectacles, provoquée par une décision des autorités, n'est généralement pas couverte. Ce genre d'assurance concerne plutôt les cas où le titulaire du billet tombe malade ou s'il est victime d'une panne ou d'un retard des transports publics.

LE JUGE a dit

Une poignée de main de fer

A la suite d'une poignée de main trop vigoureuse de la part d'une collègue, une femme a subi plusieurs lésions au poignet et a déclaré l'événement comme accident à la SUVA, afin de bénéficier des prestations adéquates. Ladite assurance a refusé d'entrer en matière, arguant qu'il ne s'agissait pas d'un accident. Le Tribunal administratif cantonal, puis le Tribunal fédéral ont confirmé cette interprétation: bien que les conséquences de cette poignée de main soient inhabituelles, l'acte, en soi, est quotidien et habituel. La notion de «facteur externe extraordinaire» fait également défaut. Ainsi, l'événement ne répond pas à la définition d'accident. *ca*

Arrêt 8C_671/2019
du 11 mars 2020

Contester le loyer initial après plus de dix ans

Le loyer initial est nul s'il n'a pas été notifié sur une formule officielle dans les cantons qui l'imposent. Le locataire peut le contester sans limite de temps. S'il est excessif, il peut récupérer ce qu'il a versé à tort sur les dix dernières années. Un Vaudois a ainsi obtenu gain de cause, treize ans et demi après avoir signé son bail.

Le propriétaire estimait qu'une telle action n'était plus possible, car le contrat avait été conclu il y a plus de dix ans. Le Tribunal fédéral n'a pas suivi ses arguments. Les juges ont rappelé que le point de départ du délai de prescription se calcule à partir du versement de chaque loyer litigieux et pas depuis la conclusion du bail.

sd

ATF 4A 495_2019
du 28 février 2020

kv

LES DOSSIERS DE BON À SAVOIR

BON À SAVOIR

BOUTIQUE

- Exemplaire(s) de la brochure «Ma retraite» 15 fr./pièce
- Exemplaire(s) de la brochure «Ce sont mes volontés» 15 fr./pièce

Mon adresse

Nom	Prénom
Rue/N°	
Code postal/Ville	
N° d'abonné (si existant)	
N° de téléphone	
E-mail	
Date	
Signature	

5/20

Coupon à renvoyer à: Bon à Savoir, Service des commandes,
Rasude 2, Case postale 240, 1001 Lausanne / **Par fax:** 021 310 01 39

JE COMMANDE

021 310 01 37 / info@bonasavoir.ch / bonasavoir.ch/boutique

«Ce sont mes volontés»

SI JE DEVIENS INCAPABLE DE DÉCIDER PAR MOI-MÊME

Un dossier complet pour gérer l'essentiel au cas où vous perdriez votre capacité de discernement.



Prix: 15 fr. (port inclus)



Prix: 15 fr. (port inclus)

«Ma retraite»
PARCE QUE
LA RENTE AVS
N'EST PAS VERSÉE
AUTOMATIQUEMENT

Un dossier complet pour déterminer le meilleur moment de prendre sa retraite et faire les démarches nécessaires.

détailler ici

NUTRISCAN+

L'application nutritionnelle de Bon à Savoir affiche désormais un «plus»: les additifs!



Nutri-score

Avec l'application Nutriscan+ vous apprenez à reconnaître les produits les plus équilibrés en scannant simplement le code-barre des aliments transformés.



Choix

En scannant plusieurs produits, vous avez la possibilité de les comparer et de choisir les plus intéressants sur le plan nutritionnel.



Additifs

Outre les informations nutritionnelles, notre nouvelle application vous donne désormais d'autres données précieuses, notamment le nombre d'additifs présents et leurs risques pour votre santé.



Labels

Cette application aussi didactique que ludique vous informe également des labels dont bénéficient les produits: bio, vegan, sans gluten, etc...





ne requiert normalement pas de traitement chirurgical.» Une fois le diagnostic posé, plusieurs étapes sont possibles.

TAUX DE RÉUSSITE SPECTACULAIRE

La plupart du temps, l'aplatissement se corrige de lui-même ou après quelques séances d'ostéopathie. Les cas plus complexes peuvent cependant requérir un traitement par orthèse crânienne. Une technique qui consiste à fabriquer, sur mesure, un casque, que l'enfant portera en moyenne pendant trois mois. «L'idéal est de commencer le traitement, lorsqu'il a entre 4 et 7 mois, précise Michèle Tremblay. Car, vers 9 mois, l'expansion du crâne devient beaucoup moins rapide et le traitement risque alors d'être plus contrignant et plus long.»

Le taux de réussite est spectaculaire (plus de 95%), mais la démarche a un coût. D'une part, humain: les parents doivent régulièrement amener leur enfant à des visites de contrôle et veiller à ce qu'il porte le casque 23 heures sur 24. D'autre part, financier: un casque coûte entre 1000 fr. et 2000 fr. Sa prise en charge est partielle et varie selon les assurances complémentaires. «Aucune étude n'ayant prouvé de réelle causalité avec d'autres pathologies, et encore moins avec le développement psychomoteur, la correction de la plagiocéphalie positionnelle reste considérée comme une mesure principalement esthétique», souligne Andrea Bartoli.

Nos chères têtes plates

PLAGIOCÉPHALIE Autrefois cantonné à quelques cas, le phénomène de la «tête plate» a pris de l'ampleur depuis les années 1990. A priori sans gravité, cette déformation peut être corrigée avec des séances de physiothérapie ou, dans les cas plus sévères, le port d'un casque. *Sou'al Hemma*

En 1992, l'Académie américaine de pédiatrie lance sa campagne «Back to sleep». Son but, inciter à faire dormir les bébés sur le dos pour prévenir la mort subite du nourrisson. Cette consigne pertinente a permis de réduire drastiquement le nombre de décès. Mais son incidence ne s'est pas arrêtée là. Depuis cette même date, le phénomène de la «tête plate», connu sous le nom de «plagiocéphalie», a, lui aussi, pris de l'ampleur.

S'ASSURER DU DIAGNOSTIC

«A ce jour, près d'un tiers des enfants développent une déformation crânienne, soit dix fois plus qu'il y a trente ans», note Michèle Tremblay, technicienne orthopédiste et spécialiste plagiocéphalie pour la société médicale lausannoise Ortho-Kern. Les garçons semblent majoritairement concernés (75%). Et le facteur le plus souvent cité reste la position du sommeil du nouveau-né.

Sans remettre en question l'instruction de l'Académie amé-

ricaine de pédiatrie, les spécialistes rappellent qu'il est possible de prévenir la plagiocéphalie (*lire encadré*). Mais aussi de la traiter. Neurochirurgien aux Hôpitaux universitaires de Genève, Andrea Bartoli précise tout d'abord qu'il «faut différencier une plagiocé-

phalie synostotique (PS) d'une plagiocéphalie postérieure d'origine positionnelle (PPP). La PS est due à une fusion précoce des sutures crâniennes et nécessite, en principe, une opération. La PPP est souvent liée à la position de la tête pendant le sommeil et

Précautions

Laisser bouger bébé librement

1. Varier les positions

Changer régulièrement la position de bébé quand il dort: une fois sur le côté droit, la suivante sur la gauche. Lorsqu'il est réveillé, n'hésitez pas à l'allonger sur le ventre.

2. Stimuler les mouvements

Eviter de laisser le nouveau-né trop longtemps dans son relax, sa chaise haute ou encore son siège de voiture. Le laisser bouger librement le plus souvent possible. A ce sujet, notons que les coussins spéciaux sont de plus en plus contestés. Selon la technicienne orthopé-

diste, Michèle Tremblay, «ils agissent sur les déformations purement symétriques, qui sont, en fait, très rares. Si le bébé tourne la tête et bute contre le coussin, on risque d'accentuer la déformation.»

3. Surveiller la rotation de la tête

Il est important que bébé alterne la position de sa tête, parfois à gauche, parfois à droite, surtout s'il dort sur le dos. S'il a tendance à tourner la tête toujours du même côté quand il est réveillé, attirer son regard du côté opposé. Quelques séances d'ostéopathie peuvent également aider.

Du miel peu transparent

Parrainer une ruche, recevoir des photos et surtout le précieux miel de «ses» abeilles, c'est ce que propose une circulaire diffusée par la société vaudoise Da Riggio. Elle garantit la livraison annuelle de 12 kilos pour 190 fr. Si le prix défie toute concurrence, le procédé est courant en Suisse romande. Sauf que le flyer ne dit pas que les ruches sont en Grèce! «Nous l'avions précisé sur les premiers formulaires qui ont fini, pour la plupart, à la poubelle», explique Fabio Riggio. L'indication a alors été enlevée pour «faciliter le contact avec de potentiels clients» qui peuvent, ensuite, s'informer en détail... «Cette circulaire n'est pas suffisamment explicite et prête à confusion avec les nombreux parrainages locaux», déplore Patrick Moreillon, responsable vaudois pour la labellisation des miels régionaux. Pour savoir que le projet se situe à 1500 km, il faut en effet consulter le site internet ou attendre le «certificat d'adoption d'une ruche à distance», avec la lettre d'accompagnement qui précise, enfin, que le miel est récolté en Grèce. Fabio Riggio promet toutefois de rembourser les mécontents. *chr*

Google très gourmand en eau

Faire une recherche sur Google consomme de l'énergie, on le sait. Une enquête de Bloomberg Green (bloom.bg/3ekHZYN) dévoile que les centres de données du géant américain engloutissent également des quantités gigantesques d'eau! Rien que dans trois états américains, la firme de Mountain View, a, l'an passé, utilisé plus de 8,7 milliards de litres d'eau pour refroidir ses data centers par évaporation. Cette approche a l'avantage de consommer beaucoup moins d'électricité que les climatisateurs classiques. Elle coûte ainsi nettement moins cher au géant américain, souligne Bloomberg Green. L'enquête montre toutefois que Google fait des efforts dans le bon sens depuis quelque temps et utilise de l'eau recyclée ou de l'eau de mer là où c'est possible. *seb*



Photos Getty



PRODUITS ALIMENTAIRES: ATTENTION À L'AUTOCOLLANT ROUGE!

Certains ingrédients ou matériaux d'emballage viennent à manquer en raison de la crise actuelle. Il arrive alors que l'étiquetage de produits ne corresponde plus au contenu. En temps normal, ces aliments ne pourraient plus être vendus. Mais, pour lutter contre le gaspillage alimentaire et garantir la disponibilité de ces produits, le Conseil fédéral a assoupli l'ordonnance sur les denrées alimentaires pour une durée de six mois. Concrètement, les articles concernés devront être marqués d'un autocollant rond et rouge qui renvoie à un site internet qui informe des propriétés réelles du produit (composition, provenance des ingrédients, etc.) et explique la raison de l'écart. Ces exceptions provisoires ne sont autorisées que si elles ne mettent pas en danger la santé (allergies, date de péremption, etc.). Les consommateurs sont néanmoins priés de faire preuve de vigilance, car le Conseil fédéral a accepté que le changement de composition soit indiqué uniquement sur le rayon pour des denrées sur lesquelles un autocollant ne tient pas. *ab*

ALTERNATIF, MAIS STRICT

Certains modèles de l'assurance maladie de base sont avantageux, mais soumis à des conditions plus contraignantes. C'est ce qu'a constaté, à ses dépens, un lecteur vaudois qui a opté pour la formule du médecin de famille. Au cours de l'été 2019, il consulte, sans passer par son généraliste, un oto-rhino-laryngologue qui prescrit des examens de laboratoire. En décembre, il expédie les deux factures (503 fr.) à Assura. Dans la foulée, cette dernière lui envoie un mail pour lui réclamer, dans les 30 jours, le bon de délégation du médecin de premier recours. Hélas, notre lecteur ne prend connaissance de ce courriel qu'en mars 2020. Il envoie, en vain, le fameux document, mais la caisse maladie reste inflexible. «Dans ce modèle d'assurance, l'assuré s'engage à consulter d'abord le médecin de famille et envoie le bon de délégation avec la facture du spécialiste, sauf en cas d'urgence ou lors d'une consultation en gynécologie ou en ophtalmologie», rappelle la porte-parole Karin Devalte. Assura précise avoir donné une chance au lecteur en lui envoyant un courriel. «En optant pour la communication électronique, les assurés renoncent à recevoir du courrier postal», justifie enfin la porte-parole. *chr*

LE SUCRE «SUISSE» QUI VIENT D'ALLEMAGNE

Le paquet de sucre Naturaplan de Coop arbore fièrement une croix suisse. En prenant la peine d'examiner sa liste d'ingrédients, on peut pourtant lire «Sucre bio (Suisse, Allemagne)». Le géant orange concède qu'il vend cette denrée sous cette forme depuis avril 2018. Explication: le volume de betteraves bio suisses n'est pas suffisant pour être transformé séparément. Mais, selon le porte-parole de Coop, Patrick Häfiger, la donne a néanmoins changé depuis le début de cette année. Le sucre Naturaplan serait désormais 100% suisse grâce à la production suffisante de betteraves bio indigènes. Les emballages indiquant la double provenance seront encore utilisés jusqu'à leur écoulement afin de limiter le gaspillage. *sp*

Quand l'eau mêle son grain de sel

LAVE-VAISSELLE La dureté de l'eau a un impact important sur son fonctionnement. De bons réglages sont essentiels pour que les performances de nettoyage soient optimales. *Christophe Inaebnit*

Quand les assiettes et les verres sont mal nettoyés, le détergent et la machine sont deux boucs émissaires tout trouvés. On oublie parfois que l'eau a une grande importance. Lorsqu'elle est trop dure, certains composants actifs du produit (poudre ou tablette) vont se combiner avec le calcium et le magnésium de l'eau. Résultat: leur pouvoir actif va être partiellement neutralisé, et le nettoyage va fatallement en pâtrir.

Pour remédier à ce problème, les lave-vaisselle sont généralement équipés d'un adoucisseur d'eau à résine échangeuse d'ions. Ce système ne supprime pas le calcaire, mais substitue les ions de calcium dissous dans l'eau par des ions de sodium provenant du sel. Une fois utilisée, la résine est régénérée en faisant circuler une saumure émanant du réservoir de sel. Or, le réglage de cet adoucisseur intégré est primordial, sachant que l'eau ne doit être ni trop douce ni trop dure. Il convient donc de l'ajuster en fonction de la dureté de l'eau de son réseau (*lire encadré*).

OVERDOSE DE DÉTERGENT INUTILE

Dans l'optique d'assurer un fonctionnement optimal, le système d'adoucisseur doit évidemment être réglé lors de l'installation de l'appareil. Des variations saisonnières ou un changement dans l'approvisionnement du réseau peuvent néanmoins demander un réajustement. Si un nouveau paramétrage ne suffit pas à donner satisfaction, il convient de se poser les bonnes questions avant de surdosier inutilement le détergent. Les gicleurs des bras d'aspersion sont-ils obstrués? Tournent-ils librement sur leur axe? Le filtre de vidange est-il régulièrement nettoyé? On s'assurera également que la machine chauffe bien l'eau en interrompant un cycle de lavage pour s'en assurer.

Si le résultat n'est toujours pas convaincant, le bon fonctionnement de la phase rinçage-séchage peut être en cause. Lors de cette étape, le lave-vaisselle ajoute, à l'eau de rinçage, une dose de rince-éclat. Ce produit réduit la tension superficielle de l'eau pour faciliter l'écoulement de l'eau sur la vaisselle et réduire la formation de gouttelettes qui vont laisser des traces au séchage. Or, pour que l'action tensio-active soit probante, le dosage du rince-éclat doit, lui aussi, être adapté à la dureté de l'eau. Un réglage trop faible provoquera des traces de gouttes d'eau sur les verres, alors qu'un surdosage leur laissera un voile blanc.

On l'a compris, les performances d'un lave-vaisselle dépendent de quelques réglages im-



portants. Cela permet non seulement d'obtenir une vaisselle irréprochable, mais aussi d'éviter un surdosage en détergent, en sel régénérant et/ou en rince-éclat. Il ne faut pas oublier que tous ces produits finissent dans les eaux évacuées par l'appareil. Or, en optimisant leur utilisation, on réduit fatallement l'impact sur l'environnement. A ce titre, les détergents sous

forme de poudre permettent un dosage plus fin et plus modéré que les tablettes. Opter pour le programme le plus écologique et bien remplir son lave-vaisselle avant de le faire tourner sont des mesures, elles aussi, pertinentes.

***PARTENARIAT:** La Bonne Combine – Réparations en tous genres, Prilly (VD), labonnecombine.ch

Eclairage

La dureté variable de l'eau

Dans la nature, le calcaire se trouve sous forme de roches principalement composées de carbonate de calcium. Il se dissout dans l'eau, avec une teneur en calcium et en magnésium – exprimée en degrés français ($^{\circ}\text{fH}$) – qui varie d'une région à l'autre. On considère qu'une eau est «douce» si sa dureté est inférieure à $15\ ^{\circ}\text{fH}$, «moyennement dure» entre 15 à $25\ ^{\circ}\text{fH}$, «assez dure» entre 25 et $32\ ^{\circ}\text{fH}$, «dure» entre 32 et $42\ ^{\circ}\text{fH}$. Au-delà de $42\ ^{\circ}\text{fH}$, on parle d'une eau «très dure». Pour connaître la dureté de l'eau de son réseau, il suffit de consulter le site internet de sa commune de résidence ou celui du distributeur d'eau local (services industriels, etc.).

En Suisse, l'eau est généralement «moyennement dure» à «assez dure» dans les communes du plateau, alors qu'elle est «douce» à «moyennement dure» dans les régions alpines. Entre deux localités voisines, la teneur en calcaire peut fortement varier en fonction des sources exploitées. Et, en raison de l'interconnexion des réseaux d'eau potable, la provenance – et donc la dureté de l'eau – peut également varier significativement selon les périodes de l'année. Sur le pourtour lémanique, par exemple, certains réseaux sont alimentés alternativement par des pompages dans le lac – (eau plutôt douce provenant des massifs granitiques alpins) ou par des sources situées dans l'arrière-pays qui sont nettement plus chargées en calcaire.

TONDEUSES ROBOTS

Boire le café au jardin pendant qu'un robot s'occupe parfaitement de la pelouse, c'est encore de la science-fiction. Aucun des huit engins testés par le magazine *60 millions de consommateurs* n'a séduit les experts et trois seulement sont jugés «bon». Il faut ainsi plusieurs heures à une tondeuse automatique pour venir à bout de 100 m² de gazon de moins de 5 cm de hauteur, à l'exception du modèle Bosch qui cartographie son parcours pour ne pas repasser au même endroit. Ce modèle laisse ainsi moins de marques et est facile à programmer. Moins bruyant que d'autres, il a été bien noté, sauf quand le terrain est inégal. La tondeuse Husqvarna se rit, en revanche, des bosses, mais elle est inutilisable dans une pente de 30°. Quant au Robomow, il est inefficace dans les bords.

60 millions de consommateurs, (4/2020), 60millions-mag.com

MOUSSEURS À LAIT

Tremper ses lèvres dans un cappuccino maison, ça devrait être un jeu d'enfants avec un émulsionneur. Mais tous les fouets à piles testés par nos confrères alémaniques de *K-Tipp* ne rivalisent pas avec les percolateurs professionnels. Les experts ont mesuré les performances des appareils sur lait chaud ou froid, leur maniement, leur durée de vie ainsi que leur résistance aux chutes. Résultat: plusieurs batteurs échouent à faire une belle mousse ou sont aussi éphémères que cette dernière: ils rendent l'âme après quelques utilisations seulement ou ne survivent pas à une chute. Très bien noté, le champion est le plus cher de la sélection. Il est talonné par le modèle Intertronic, très abordable. C'est aussi le cas du mousseur Emerio qui décroche la mention «bon».

K-Tipp (4/2020), ktipp.ch

MACHINES À COUDRE

On l'a ressortie en hâte pour coudre des masques hygiéniques, et il a fallu se rendre à l'évidence: la machine à coudre reçue en héritage a fait son temps. Nos confrères autrichiens ont soumis neuf modèles à prix abordable, sans fonction de surjet (overlock), à des couturières du dimanche expérimentées. Elles ont principalement basé leur verdict sur la performance des machines et la convivialité: la plupart sont ainsi équipées d'un enfleur et cousent automatiquement les boutonnières. Le trio de tête se distingue par des points réguliers, avec une mention particulière à la Brother *Innov-is F400* pour ses performances sur des tissus épais et pour la précision de ses boutonnières. La Bernina *B 325* peine, en revanche, sur les grosses étoffes.

Konsument (5/2020), konsument.at

PURIFICATEURS D'AIR

Entre pollens, solvants et fumée de cigarette, l'air est loin d'être pur dans les logements. Selon les experts mandatés par le magazine *Test*, les meilleurs purificateurs sur le marché filtrent jusqu'à 90% des pollens, mais laissent passer certaines substances, notamment le formaldéhyde. Le lauréat Philips *Series 2000 AC2889/10* est particulièrement efficace pour la fumée de cigarette, alors que le Soehnle *Airfresh Clean Connect 500* retient un peu mieux le formaldéhyde que les autres. On vérifiera, à l'achat, le prix des filtres de recharge, qui varie du simple au triple, voire davantage, ainsi que la surface de la pièce: les indications des fabricants sont souvent optimistes et un seul appareil ne suffit pas pour un grand salon. *chr*

Stiftung Warentest (3/2020), test.de

Top 3



- 1. Bosch
Indego S+ 350
(3600HB0102),
1053 fr.**

- 2. Husqvarna
Automover 105
(9676454-12),
783 fr.**

- 3. Robomow
RX50u,
648.90 fr.**

Top 3



- 1. Adhoc
Rapid MS14,
33.55 fr.**

- 2. Intertronic
Moussoir à lait,
9.95 fr.**

- 3. Emerio
Emulsionneur
à lait noir,
6.90 fr.**

Top 3



- 1. Brother
Innov-is F400,
699 fr.**

- 2. Bernina
B 325,
995 fr.**

- 3. Janome
230 DC,
459 fr.**

Top 3



- 1. Philips
Series 2000
AC2889/10,
389.90 fr.**

- 2. Soehnle
Airfresh Clean
Connect 500,
219 fr.**

VU pour vous

Seule solution, acheter moins

L'industrie du textile croît deux fois plus vite que le PIB et les consommateurs achètent, en moyenne, 60% plus d'habits qu'il y a dix ans. Dans son dernier numéro, *La Revue Durable* appelle à une refonte totale de l'industrie textile. Elle dénonce la fast fashion et le capitalisme de surveillance qui l'accompagne. Elle rappelle l'impact écologique de l'industrie de la mode: 93 milliards de mètres cubes d'eau, 342 millions de barils de pétrole ou encore un demi-million de tonnes de microplastiques dans les océans (*lire page 9*). Le tout, par année et sans compter l'énorme impact social qui l'accompagne. Les exemples sont édifiants, les infographies percutantes.

Côté solutions, le magazine cite les «bibliothèques de vêtements», particulièrement avantageuses pour les femmes enceintes et les enfants, ainsi que la revente entre particuliers. Des options intéressantes qui resteront néanmoins «inopérantes sans un changement culturel, d'état d'esprit et de logique économique: épargner les ressources impose d'acheter moins».



«Débarrasser
l'industrie textile
du capitalisme
de surveillance»,
La Revue Durable
N° 64, Printemps-été
2020.

L'importance du tri sélectif

«On entend parfois dire que le tri sélectif ne sert à rien. Qu'en est-il réellement?» Dans une vidéo éclair de trois minutes, la série de films d'animation de *Arte Data Science vs Fake* propose de découvrir, chiffres à l'appui, si le tri sélectif n'existe que pour donner bonne conscience ou s'il est d'une réelle utilité. Verdict: son efficacité semble dépendre de multiples critères, mais «on peut tout de même dire qu'il est un maillon essentiel dans le recyclage de nos déchets». De quoi motiver ceux qui râleraient à l'idée de trier méticuleusement tout ce qu'ils jettent. *sh*

Data Science vs Fake – «Le tri sélectif ne sert à rien», Arte. A voir sur arte.tv jusqu'au 31 décembre 2020.



Nos tests sont validés par des analyses

A propos de notre test sur les crèmes pour les mains «Peau souple à prix doux» (2/20)

Après avoir consulté les résultats de votre test, je me suis rendue au magasin. J'ai scanné la crème Neutrogena avec l'application Yuka, qui me dit qu'elle est médiocre. Elle contiendrait du phénolxyéthanol, qui est un perturbateur endocrinien. Pourriez-vous m'expliquer pourquoi les résultats ne sont pas les mêmes entre votre test et Yuka?

Sophie Rey

Dans nos tests, la composition fait l'objet d'une analyse en laboratoire. A l'instar de l'application Codecheck, Yuka se contente d'évaluer les produits en fonction de ce qui est indiqué sur l'emballage. Le phénolxyéthanol, un agent de conservation, a effectivement fait l'objet de discussions à travers l'Europe après les doutes émis par l'Agence de sécurité sanitaire française (Anses) sur son utilisation dans des produits destinés aux enfants. De son côté, le Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs (SCCS) a examiné toutes les études disponibles sur cette substance en 2016. Il est parvenu à la conclusion que le phénolxyéthanol, à une concentration de 1%, serait inoffensif même pour les enfants à long terme. Il faut savoir que le phénolxyéthanol permet de préserver les crèmes contre le développement de bactéries et de germes qui pourraient s'y développer rapidement. Il s'agit donc d'une action importante pour un produit destiné à être appliqué sur les mains.

La rédaction

Mesures d'hygiène trop disparates

A propos de nos pages sur le coronavirus

Al'heure du Covid-19, de nombreux magasins (Coop, Migros, etc.) appliquent des règles d'hygiène très variables. Le plus grave: la désinfection des mains n'est jamais obligatoire. Le désinfectant est posé à l'entrée, mais deux clients sur trois rentrent sans l'utiliser avant de toucher les produits. La distance aussi est variable – parfois un mètre, parfois deux – créant des désaccords et des conflits entre les clients et/ou avec le personnel. Ne serait-il pas plus simple et plus sûr d'édicter les mêmes règles partout: désinfection obligatoire avant d'entrer et même distance partout, avec un grand panneau à l'entrée? Une décision claire et unique, posée par les directions et/ou les services sanitaires serait si facile à prendre et plus facile à faire respecter par les employés qui sont en première ligne.

Vesna Cvetanovic

Aiguiser n'est pas affûter

A propos de notre test sur les couteaux de cuisine «Une bonne lame sans se saigner» (1/20)

Merci, tout d'abord, de faire la promotion de matériel de qualité. Aider un hôte à couper ses oignons avec son unique couteau à dents de chez Ikea est toujours une épreuve! Je tenais néanmoins à préciser que vous avez mélangé deux actions différentes et complémentaires: l'affûtage et l'aiguiseage. Aiguiser, c'est enlever du matériau sur la lame pour la rendre coupante de nouveau. Affûter, c'est redresser le fil de la lame, qui se tord à l'usage – de façon imperceptible à l'œil nu – et qui réduit la qualité du tranchant. En principe, on redresse le fil d'une lame déjà bien aiguisée, mais pas celui d'une lame émoussée. L'aiguiseage se fait au moyen de pierres ou de fusils à aiguiser. L'affûtage se fait au moyen d'un fusil à affûter en acier. Cette confusion courante conduit certains usagers à s'équiper de mauvais outils avant de conclure que ça ne marche pas. Ils finissent par se tourner vers des professionnels qui feront ce qu'ils pourront d'une lame très émoussée... et pas gratuitement. Expérience faite.

Joël Ingargiola

Des aides auditives à prix surfaits

A propos de notre article «Ilôt de cherté, une lueur d'espoir» (4/19)

En août dernier, j'ai dû acheter des aides auditives. J'ai choisi le modèle Siemens Signia 3Nx qui coûtait 2800 fr. par oreille soit 5600 fr. au total. Comme j'ai reçu une subvention de 1237.50 fr., j'ai payé 4362.50 fr. de ma poche. J'ai perdu l'un des deux appareils et je me suis renseigné sur internet pour en trouver un autre. Finalement, j'ai trouvé exactement le même modèle en France pour 990 €, soit environ 1060 fr. au cours du jour. En demandant à mon vendeur suisse pourquoi je devais payer 260% de plus qu'en France, il me répond que son prix d'achat est déjà plus élevé que le prix de vente en France. Comme ces appareils sont souvent destinés à des personnes âgées au budget limité, je suis choqué qu'elles soient autant exploitées par des intermédiaires et des vendeurs sans scrupule. Il ne faut pas s'étonner si certains vont faire leurs achats en France voisine.

Michel Berger



Précision

A propos de notre test sur les croquettes pour chats «Pesticides au menu des minous» (4/20)

J'ai lu attentivement votre article et j'ai remarqué que les croquettes que j'achète à mon chat *Charlie* sont les plus mauvaises. Dans votre texte, vous écrivez qu'elles sont vendues chez Aldi, alors qu'elles viennent de chez Landi.

Nathalie Zbinden

Vous avez raison, une coquille s'est glissée dans notre texte. Comme le mentionne notre tableau, les croquettes viennent effectivement de chez Landi. Nous vous prions de bien vouloir nous excuser de cette imprécision.

La rédaction

Disposition déjà en vigueur pour les appareils auditifs

A propos de notre article «Appareils auditifs à vie avec l'AVS» (4/20)

Vous mentionnez que les patients à l'AVS souhaitant renouveler un appareillage n'auront plus l'obligation de prendre rendez-vous chez l'expert ORL à partir de 2021. Dans sa circulaire AI n° 400, l'OFAS indique que ce principe est appliqué «dès à présent». S'il y a eu une modification concernant l'expertise pour les renouvellements AVS, une des conditions pour l'octroi d'un forfait pour les appareils auditifs (AVS et AI) reste exactement la même: seuls les appareils homologués par l'Institut fédéral de métrologie (METAS) sont pris en considération. A ce propos, permettez-moi de souligner que le modèle qui illustre votre article est d'un autre temps. Il faut savoir qu'un des principaux freins des malentendants à s'appareiller est justement la grandeur/visibilité des appareils auditifs. Le risque majeur est que certains malentendants nécessiteux soient découragés de s'équiper à cause de ce genre de photo.

Patrick Müller, directeur des relations santé chez Amplifon

La modification édictée par l'OFAS est en effet déjà entrée en vigueur. Nous vous prions de bien vouloir nous excuser de cette imprécision.

La rédaction



Post-scriptum

Saisir l'occasion au vol

Il y a cette bouchère qui, visage fermé, corps tendu, me réprimande lorsque je m'approche trop à son goût. Il y a cet homme d'âge mûr qui, juste avant que nos pas ne se croisent en forêt, couvre son visage avec son foulard. Il y a cette petite fille qui, à peine me voit-elle au bout du chemin, attrape son frère et l'éloigne au plus vite.

Mais il y a aussi cette femme qui s'arrête et me laisse caresser son chien. Cette conteuse qui fait de mes courses à la ferme un moment de magie et d'aventures. Et cet ami, resté chez lui depuis trois semaines, qui brave sa peur pour m'apporter un lapin de Pâques.

Aujourd'hui plus que jamais, nos relations sociales sont ébranlées. Chacun réagit à sa manière, guidé par sa peur ou son courage. Mais la plupart attendent la même chose, un retour à la «normale». Ne devrait-on pas prendre le Covid-19 pour ce qu'il est aussi: l'occasion de revoir notre mode de vie? Il a fallu faire autrement et on a su le faire. On pourrait s'en souvenir en signe de respect pour ceux qui souffrent et en guise d'honneur à la mémoire de ceux qui ne sont plus là.

On laisserait plus souvent les voitures au garage et les vélos sur les routes. On continuerait de déserter le bitume et d'arpenter les sentiers des forêts. On délaisserait les supermarchés et soutiendrait l'agriculture locale. On ressortirait nos jeux de société et apprendrait à faire du pain. On écouterait le silence et savourerait le temps donné par nos agendas vides. On oublierait les virées shopping et les vols à Madrid... Bref, on vivrait autrement.

L'espoir fait vivre, diront certains. Mais l'espoir, ce n'est pas rien. Au contraire, c'est tout. Sans lui, on ne saurait préserver le monde d'aujourd'hui pour qu'il soit encore là demain.

Sou'al Hemma

Ecrivez-nous

UN ARTICLE VOUS FAIT RÉAGIR?

Votre avis nous intéresse.

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

→ info@bonasavoir.ch

Retrouvez «Bon à Savoir» sur tablette!

Nos abonnés ont accès gratuitement à l'application BAS-Magazine sur leur iPad ou leur tablette Android, pour lire le magazine au format e-paper. Vous pouvez ainsi consulter l'édition actuelle, mais aussi faire des recherches dans nos

archives sans qu'il soit nécessaire de télécharger tous les numéros. Simple et intuitive, l'application vous permet également, en un clic, de retrouver les liens enrichis et les bonus sur notre site internet bonasavoir.ch.

Recherche

Indiquez un ou plusieurs mots-clés et sélectionnez l'article que vous souhaitez retrouver.

Bibliothèque

Retrouvez, dans votre bibliothèque, tous les numéros de Bon à Savoir depuis mai 2010 ou répertoriés par année.

Principales fonctionnalités

Recherche

Sommaire du numéro en cours

Navigation simple

Ajout de signets

Liens enrichis conduisant en un clic vers le site Bon à Savoir

Disponible également sur smartphone.

— Prochain numéro N° 6 | Dès le 3 juin 2020 —

THON, ANCHOIS ET SARDINES EN BOÎTE La majorité des produits sont pollués

SHAMPOINGS SECS Une composition qui fait la part belle aux allergènes!

— Suivez-nous —



Bon à Savoir

Réagissez,
partagez,
commentez,
envoyez-nous
des messages.

@mag_bonasavoir

Nous savons aussi
gazouiller.

@mag_bonasavoir

La vie et
les coulisses
du magazine
en images.

BAS-Magazine

Votre magazine
conso se fait
nomade et vous
accompagne
partout.

— Contactez-nous —

Secrétariat de la rédaction

① 021 310 01 36
8 h à 17 h

✉ info@bonasavoir.ch
✉ CP 150, 1001 Lausanne

Service abonnements

① 021 310 01 37
✉ abo@bonasavoir.ch
✉ CP 240, 1001 Lausanne



AGROLA

ACTION D'ÉTÉ PELLETS DE BOIS

Profitez maintenant !



Profitez de prix imbattables !

Commandez vos pellets de bois AGROLA jusqu'au 31 mai 2020 pour
Fr. 313.– dès 3 tonnes et **Fr. 299.–** dès 12 tonnes* !

Autres informations et commandes sur: agrola.ch/action-pellets

*Prix par tonne, livraison, TVA et 1 déchargement compris. Sont exclus les objets livrables dans des conditions d'accès restreintes ou difficiles. Informations détaillées et conditions de livraison sur notre site Internet.

Dans toute la
zone de livraison



CH 304

agrola.ch