

BON À SAVOIR

Service
juridique
gratuit

021 310 18 20

SUCCESSIONS

Héritage équitable
pour famille
recomposée

10

ASSURANCE MALADIE

*Qui paie quoi
et quand*

13

UBER CONTRE TAXIS

Moins chers,
mais plus lents

28

DÉGUSTATION

*La syrah dans
tous ses états*

42

Nos tests

- Après-shampoings
- Moutardes
- Batteries
pour voitures
- Pommeaux de douche

Richard Clark / i

DOSSIER SPÉCIAL pages 31-34

Sucre et sucres: ne pas s'en laisser conter!





* Classe V 220 d TREND, compacte, prix de vente au comptant: CHF 49 700.- (prix du véhicule de CHF 57 564.- moins rabais client et prime van de CHF 7864.-). 5,9 l/100 km (équivalent-essence: 6,67 l/100 km), 154 g CO₂/km (moyenne de toutes les voitures neuves vendues: 139 g CO₂/km), catégorie de rendement énergétique: E.
Exemple de leasing: durée: 48 mois, kilométrage: 10 000 km/an, taux annuel effectif: 2,94%, 1^{er} versement plus élevé: CHF 11 150.-, versement mensuel à partir du 2^e mois: CHF 459.-.
Une offre de Mercedes-Benz Financial Services Schweiz AG. Assurance casco complète obligatoire. L'octroi d'un crédit est interdit s'il est susceptible d'entraîner le surendettement du preneur de leasing.
Offre valable jusqu'au 31.12.2016. Immatriculation jusqu'au 30.3.2017.

** MERCEDES-SWISS-INTEGRAL inclus (3 ans de garantie et 10 ans de services gratuits, tous deux jusqu'à 100 000 km, selon premier seuil atteint).

Modèle illustré: Classe V 220 d TREND, longue avec options (rampe de toit anodisée, LED Intelligent Light System), prix de vente au comptant: CHF 52 948.-, 5,9 l/100 km (équivalent-essence: 6,67 l/100 km), 154 g CO₂/km, catégorie de rendement énergétique: E. Recommandation de prix sans engagement. Sous réserve de modifications. Seulement chez les partenaires participants. www.mercedes-benz.ch

La Classe V TREND: les étoiles lui sont favorables.

La Mercedes-Benz Classe V offre jusqu'à huit places. Mercedes-Benz réinvente la Classe V rien que pour vous. Le modèle spécial TREND séduit par son équipement de base exceptionnel au prix extrêmement avantageux. Vous trouverez des informations complémentaires chez votre partenaire Mercedes-Benz ou sur www.vclass-trend.ch

La Classe V TREND à partir de:

CHF 49 700.-*

Ou en leasing à partir de:

CHF 459.-/mois*

10 ans de services gratuits et 3 ans de garantie complète incluse**

Mercedes-Benz

The best or nothing.

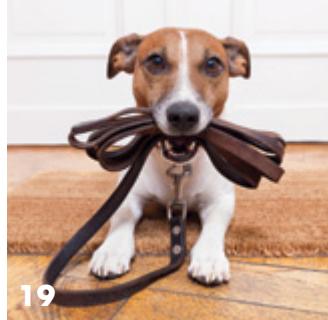




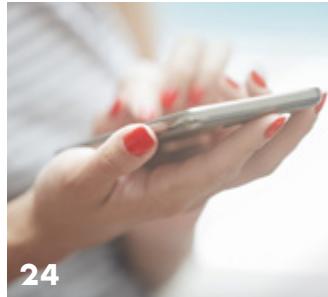
7



14



19



24



27



28



52

Sommaire

- 6 Réparation**
Poussette sans roue
- 7 Alimentation**
Saine cuisine au piment
- 10 Successions**
Répartition pour familles recomposées
- 13 Assurance maladie**
Qui paie, l'assuré ou l'assureur?
- 19 Animaux**
Cours d'éducation canine maintenus
- 27 Litige**
Congélateur gelé
- 30 Santé**
«Bon à Savoir» au Salon Planète Santé Live
- 35 Protections**
Carapaces efficaces pour smartphones
- 37 Tarifs dentaires**
Savoir montrer les dents
- 41 Grossesse**
Quand et comment assurer les frais
- 45 Travail**
Reprise après un accouchement
- 52 Eau courante**
Le mieux est l'ennemi du bien
- 55 Aspirateurs robots**
Coûteux et peu efficaces

COMPARATIFS

- 14 Prévoyance**
Epargne et assurance vie groupées à éviter
- 21 Permis de conduire**
Premiers secours à prix variables
- 24 Téléphonie mobile**
Petits opérateurs plus attractifs
- 28 Uber contre taxis**
Moins chers, mais plus lents
- 39 Transports publics**
Tour de Suisse pour 40 fr.
- 42 Dégustation de vin**
La syrah dans tous ses états

**TESTS** 

- 8 Après-shampoings**
Résultats pas brillants

- 16 Moutardes**
Les plus corsées sont plus saines

- 46 Batteries pour voitures**
Modèles efficaces à moins de 100 fr.

- 58 Pommeaux de douche**
Solides et faciles à nettoyer,
mais gare aux jets!

EN UNE 

- 31 Dossier spécial**
Tout sur le sucre et les sucres



Richard Clark /

MAIS ENCORE...

- 22 De qui se moque-t-on? / Chapeau!**
Conseils juridiques
- 49 Le juge a dit**
Les tests des autres
- 50 Vous avez la parole**
Post-scriptum
- 57 Sur le web**
- 61**
- 62**
- 63**

Impressum**Service abonnements**

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

Abonnement

11 numéros: 39.50 fr.
22 numéros: 74.00 fr.
Vente en kiosque: 6.00 fr.

Directrice, rédactrice en chef

Zeynep Ersan Berdoz (zeb)

Rédacteur en chef adjoint

Yves-Noël Grin (yng)

Rédaction

Vincent Cherpillod (vic)
Christian Chevrolet (cc)
Claire Houriet Rime (chr)
Sébastien Sautebin (seb)
Bernard Utz (bu)

Ont collaboré à ce numéro

Katharina Baumann
Lukas Bertschi

José Crespo

Fiami

Christophe Inaebnit

Bastien Lance

Andreas Schildknecht

Dominique Schütz

Simon Tschopp

Beatrice Walder

Julia Wyss

Mise en pages

Noémie Arrigo

Correction

Christiane Droz

Web et mobile

Loïc de Siebenthal

Permanence juridique

④ 021 310 18 20

Tous les jours de

9 h à 11 h et de 13 h à 15 h

Silvia Diaz

Kim Vallon

Barbara Venditti

Secrétariat de rédaction

Av. de la Rasude 2

CP 150, 1001 Lausanne

④ 021 310 01 36

Tous les jours de 8h à 18h (17h vendredi)

Fax 021 310 01 39

www.bonasavoir.ch

E-mail: info@bonasavoir.ch

Alessia Berjano

Lidia Brandalise

Emilie Lehmann

Marketing

Armelle Colangelo

armelle.colangelo@bonasavoir.ch

Publicité

Ki Média S.à r.l.

CP 150, 1001 Lausanne

④ 021 310 18 21

roger.grossmann@kimedia.ch

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

413 000 (MACH Basic 2016-2)

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

Editorial

Le sucre n'est pas à bannir, mais un étiquetage clair est urgent!



Maritza Dotruit

Qu'une petite canette de Coca contienne près de neuf morceaux de sucre, cela ne surprend plus. Heureusement! En revanche, qu'une demi boîte de thon en renferme plus d'un carré et demi, qu'un simple yogourt aux noisettes presque le double, sans parler des chips et autres cornflakes... on en arrive à douter de tout, ou presque!

C'est pourquoi, en marge du débat de santé publique sur les boissons et les aliments sucrés, nous vous proposons dans ce numéro un dossier spécial consacré au sucre (*pages 31 à 34*). C'est également sur ce thème que nous déclinerons notre présence au Salon Planète Santé, du 24 au 27 novembre à l'EPFL (*lire page 30*).

Mais attention, il n'est pas question, ici, de diaboliser ce produit, bien au contraire. Nous avons tous besoin d'énergie, et les glucides sont indispensables à notre organisme. Mais, il y a un mais... et surtout beaucoup de nuances. C'est précisément celles-ci que nous décryptons, estimant que la connaissance est le meilleur outil de la consommation responsable.

De son côté, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) encourage les Etats à introduire une taxe sur les boissons sucrées. C'est déjà le cas en France et dans plusieurs pays européens. En Suisse, l'OMS – pourtant basée à Genève – peine à se faire entendre. Une récente interpellation déposée au Conseil national donnera peut-être un coup de pouce, mais le lobby des sodas, qui dispose d'une forte assise à Berne, a déjà clairement indiqué son opposition.

Si cette taxe devait voir le jour, elle ne serait toutefois qu'une mesure accompagnatrice. La priorité étant, à notre sens, un étiquetage clair et très simple des produits. A l'heure actuelle, il est quasi impossible de savoir si le sucre contenu dans une denrée est naturel ou ajouté. Or, là aussi, l'industrie alimentaire met les pieds au mur et les politiques semblent s'en accommoder. Et c'est peu dire, puisque la loi actuelle permet même de jouer sur les mots et de cacher la vraie teneur en sucre d'un produit.

Nous vous souhaitons une bonne lecture de ce numéro, avec ou sans soda dans la main, et à bientôt sur notre stand!

Zeynep Ersan Berdoz

Directrice, rédactrice en chef



Accélération du démantèlement du service postal

Le 26 octobre dernier, La Poste annonçait la plus importante restructuration de son histoire: 500 à 600 offices postaux biffés à très court terme, avec un impact direct sur 1200 emplois. Si le géant jaune affirme, dans sa communication, vouloir désormais faire preuve de transparence, elle rate d'entrée le coche, puisque les offices concernés ne sont pas communiqués et que les employés ont appris la nouvelle en même temps que le public.

De même, La Poste continue de berner les citoyens en mettant en avant l'augmentation du nombre de points d'accès. Si elle doit, certes, adapter son offre à l'évolution des besoins des consommateurs, elle est tenue de respecter les exigences légales du

service universel, soit «que 90% de la population suisse puisse rejoindre les points d'accès aux services postaux dans un délai de 20 minutes et les points de trafic des paiements en 30 minutes à pied ou en transports publics». Or, les agences postales ne proposent pas l'ensemble des prestations, notamment dans le trafic des paiements. Enfin, les collaborateurs de ces points d'accès (épiceries, pharmacies, etc.) n'ont pas suivi la formation postale complète et ne sont pas soumis à la CCT de La Poste.

Bon à Savoir reviendra prochainement sur l'évolution du service public depuis la votation, le 5 juin dernier, sur l'initiative «En faveur du service public». zeb

Lectorat en hausse et services renforcés

Grâce à vous, chères lectrices et chers lecteurs, l'audience de *Bon à Savoir* a encore progressé, comme le confirment les résultats de la dernière étude MACH BASIC, publiés par la REMP le 11 octobre. Ainsi, avec 413 000 lecteurs, *Bon à Savoir* est non seulement l'un des titres les plus consultés de Suisse romande, mais il confirme son statut de référence dans l'information et la défense des consommateurs. Loin de se reposer sur ses lauriers, *Bon à Savoir* poursuit ses développements multimédias et intensifie son offre de services avec, toujours en ligne de mire, vos besoins de consommateurs. Après le lancement de la plate-forme de réclamations [Plaintes.ch](#) l'automne dernier, la récente intégration des sujets phares du magazine *Tout Compte Fait* et la refonte du site internet, «Mon Testament» vient étoffer la large palette des outils en ligne déjà existants et réservés à nos abonnés (à découvrir sur [bonasavoir.ch](#) ➔ Outils et Calculateurs).

Toute l'équipe de *Bon à Savoir* vous remercie de votre fidélité, quel que soit votre mode de lecture: chaque mois sur papier, en version e-paper ou au quotidien sur notre site internet et via les réseaux sociaux. Ces différents canaux ne visent *in fine* qu'un seul objectif: vous informer et défendre vos intérêts. zeb



ASSURANCES SOCIALES: SHERLOCK AU CHÔMAGE

Engager un fin limier pour justifier le versement d'indemnités d'assurance n'a rien d'il légal en Suisse. En 2009, le Tribunal fédéral avait du reste donné son feu vert aux assureurs à ce propos. La Cour européenne des droits de l'homme (CEDH) a cependant dé savoué une compagnie d'assurance accidents, en acceptant le recours d'une victime d'un accident de la route. Celle-ci avait été espionnée et filmée à quatre reprises pendant 23 jours. Après l'avoir vue promener son chien et faire de longs trajets en voiture, l'assureur avait réduit ses prestations en conséquence.

La CEDH n'est pas intervenue sur le fond, mais sur la forme. L'assurance accidents étant obligatoire en Suisse, la compagnie est considérée comme une autorité et ses activités doivent reposer sur une base légale, ce qui n'est pas le cas ici. Dans la foulée, la Suva a également annoncé suspendre cette pratique. Selon les experts, le jugement de la CEDH ne concerne, en revanche, pas les compagnies privées (assurance maladie). chr

FIBRE OPTIQUE: SWISSCOM FAIT LE FORCING

Un lecteur genevois a reçu un curieux courrier le mois dernier, qui lui annonce qu'un dérangement a été constaté sur son raccordement. Pourtant, selon lui, il fonctionne parfaitement! «Comme votre bâtiment est déjà raccordé au nouveau réseau à fibre optique, Swisscom n'effectue plus aucune réparation sur les lignes de cuivre. Pour cela, un passage à la fibre optique est requis», indique le géant bleu, qui l'invite à composer un numéro de téléphone pour engager les démarches. Or, comme nous l'avons évoqué dans notre numéro de septembre, c'est faux: Swisscom ne peut imposer le passage à la téléphonie par internet jusqu'à fin 2017, au moins. Et doit donc réparer la ligne de cuivre si un appareil qui l'utilise y est connecté. Cependant, l'entreprise n'assume les frais de câblage que jusqu'au point d'accès du bâtiment. En cas de problème plus en aval, c'est au propriétaire de l'immeuble de prendre en charge les coûts de la réparation, ligne de cuivre ou non. vic

BERNE NE RÉCOMPENSE PLUS LES CONTRIBUABLES ZÉLÉS

Rien de tel que le bâton et la carotte pour encourager les mauvais payeurs à régler leurs impôts dans les délais. Berne pénalise ainsi d'un intérêt moratoire de 3% ceux qui règlent l'impôt fédéral direct (IFD) en retard. Mais, à partir du 1^{er} janvier 2017, ceux qui s'en acquittent en une fois avant l'heure ne toucheront plus un kopeck.

Les cantons n'ont pas encore publié leurs chiffres pour l'an prochain et la récompense y est déjà généralement modeste. En 2016, l'intérêt servi aux contribuables zélés est ainsi de 0,15% en Valais, 0,20% (Fribourg et Jura), 0,25% (Vaud et Jura bernois), 0,50% (Genève) et 1% (Neuchâtel, également valable en 2017). chr

Les experts en vin de Denner recommandent:

L'abeille Aigle Chablais AOC

+ 2015, Vaud,
Suisse, 70 cl

Evaluation client:



Apéritif, viande blanche,
poisson d'eau douce,
fromage à pâte dure

Chasselas

8-12 °C

1-3 ans



11.45

Dame de Clochevigne Gigondas AOP

2015, Côtes du Rhône,
France, 75 cl



Viande rouge,
pâtes en sauce, fromage mûr

Grenache, syrah,
mourvèdre, cinsault

16-18 °C

1-5 ans



13.95

Edizione Cinque Autoctoni Vino da Tavola

Italie,
75 cl

Evaluation client:



Viande rouge, grillades,
champignons, pâtes,
fromage épicé et mûr

Primitivo, negroamaro, malvasia nera,
sangiovese, montepulciano

16-18 °C

2-7 ans



25.95

Commandez maintenant en ligne:
www.denner-wineshop.ch



Un pour tous les amateurs de vin

DENNER

6

BON À SAVOIR N° 11 | Novembre 2016



José Crespo

Quand la roue finit par tourner

RÉPARATION Quand la roue d'une poussette récente rend les armes, on s'attend à pouvoir la changer. Un couple valaisan a constaté que ce n'était pas si simple. *Bastien Lance*

En août dernier, Anick Meilland se balade avec son enfant lorsqu'une roue de sa poussette lâche. Une défaillance étonnante pour un objet qui avait été acheté à la fin de 2014 chez Manor, à Sion. Incapable de remettre la main sur le ticket de caisse, notre lectrice et son compagnon Christoph Henke sont prêts à payer la réparation nécessaire. Ils demandent alors à Manor d'envoyer la poussette chez Chicco pour une remise en état. Réponse cinglante du fabricant: le modèle ne se fait plus et la pièce détachée en question n'est plus disponible.

pour faire valoir la garantie légale de deux ans?

Interpellée par notre rédaction, Chicco n'a certes pas eu de réponse directe à cette question. Mais Julien Wahli, responsable de la marque pour le canton du Valais, se dit navré de ces désagréments subis par nos lecteurs. Il évoque un problème de communication au sein de l'entreprise et garantit que Chicco assure normalement un service de plus de trois ans sur les pièces détachées, voire même jusqu'à 10 ans sur certaines d'entre elles.

EN AVANT LES BALADES!

Soucieux d'apporter une solution satisfaisante à nos lecteurs, Julien Wahli a rapidement pris contact avec eux pour régler le couac. Il leur a finalement offert une poussette de dernière génération, issue de la même gamme. Ainsi, Anick Meilland et Christoph Henke pourront adapter leur ancienne nacelle et le siège auto comme le veut le concept Trio. Une fin heureuse qui permettra au couple valaisan d'envisager de nouvelles balades sereines avec leur bébé âgé de quelques mois seulement.



titre de champion du monde revient au Carolina Reaper, pouvant grimper à 2 200 000 Scoville.

Toutefois, cette échelle est discutée pour son caractère subjectif. Car, plus on mange de nourriture épicee, plus on s'y adapte. Un même piment pourra paraître doux à un habitué et fort à un néophyte. D'ailleurs, ce dernier a tout intérêt à déguster les plats plus lentement pour faciliter la digestion. Une consommation excessive de piment peut également induire une réaction de défense de la part du corps. Celui-ci va se refroidir et transpirer abondamment, ce qui peut causer des problèmes de circulation.

DU LAIT POUR CALMER LES ARDEURS

Il est recommandé d'utiliser peu de piment dans la préparation et d'en rajouter si le résultat manque de piquant. Si le plat est trop relevé, les produits laitiers peuvent venir en aide. Un verre de lait ou un yogourt nature peut neutraliser rapidement le brasier! En revanche, l'eau est fortement déconseillée: c'est même pire, puisque la capsicine se concentre dans la bouche.

Pendant la préparation, il est impératif de ne pas se frotter les doigts après avoir manipulé des piments. Pour se débarrasser de la capsicine, qui n'est pas soluble dans l'eau, l'astuce est de se laver les mains avec de l'huile ou de l'alcool.

* **BONUS WEB** Echelle simplifiée de Scoville sur bonasavoir.ch

Plus c'est fort, plus c'est sain!

ALIMENTATION Si certaines personnes ne tolèrent pas le paprika, d'autres adorent les saveurs piquantes. Ces derniers vont être ravis: la cuisine au piment est très saine. *Katharina Baumann / bl*

Manger épice est bon pour la santé. Le piment pourrait être considéré comme un aliment miracle: meilleure circulation, perte de poids et sentiment de bonheur sont au rendez-vous. Sa force réside dans l'un de ses composants actifs: la capsicine. C'est elle qui apporte cette sensation de brûlure et ce piquant tant apprécié. Lorsque les signaux de chaleur et de douleur atteignent le cerveau, celui-ci libère des hormones (endorphines et dopamine) apportant une sensation de plaisir. C'est pour cette raison que certaines

personnes sont accros au piment, et aux plats épices.

La capsicine est, en plus, un ingrédient particulièrement sain. Elle améliore la circulation sanguine. Elle est donc bonne pour le cœur et les artères. Selon David Fäh, spécialiste en médecine préventive à la Haute Ecole spécialisée de Berne, le piment peut également aider à la perte de poids. La capsicine, stimulant la circulation, favorisera ainsi la production de chaleur et activerait les glandes sudoripares. Des calories supplémentaires sont donc brûlées à chaque repas.

UNE ÉCHELLE POUR LA FORCE

De nombreuses variétés sont vendues dans le commerce, du plus doux au plus fort. Cette caractéristique dépend de la concentration en capsicine, mesurée en unités de Scoville*. Wilbur Scoville, en 1902, a mesuré la force de chaque piment, en diluant sa purée avec de l'eau sucrée. Et il a établi son échelle en fonction du nombre de dilutions nécessaires pour en annihiler l'effet. Les poivrons, par exemple, sont à 0. Le piment jalapeño, lui, vaut jusqu'à 8 000 Scoville, tandis que le habanero peut aller jusqu'à 500 000 Scoville. Depuis sa découverte, le

Quelques variétés sous la loupe

	PIMENTO	JALAPEÑO	SERRANO	CAYENNE	THAÏ	HABANERO
APPARENCE	Rond, rouge	Ovale, vert ou rouge	Ovale, vert ou rouge	Long, rouge	Fin, vert ou rouge	Ovale, orange, jaune ou rouge
LONGUEUR	de 3 à 4 cm	de 7 à 8 cm	de 4 à 8 cm	de 5 à 20 cm	de 3 à 6 cm	de 2 à 3 cm
FORCE						
SUGGESTIONS D'UTILISATION	Marinés dans le vinaigre; en petits morceaux sur du fromage frais; dans les salades	Marinés dans le vinaigre; dans les sauces et les salades	Dans les sauces et la salade de tomates	Dans les sauces et les salades	Dans la cuisine asiatique (curry, etc.)	Dans les plats aigre-doux, les sauces et les chutneys
DISPONIBILITÉ	Dans les grandes surfaces	Dans les grandes surfaces et les magasins mexicains	Dans les magasins mexicains	Dans les grandes surfaces	Dans les grandes surfaces et les magasins asiatiques	Dans les grandes surfaces et les magasins mexicains



Pas très brillant

APRÈS-SHAMPOINGS

Efficaces pour discipliner les tignasses indociles, ils confèrent rarement l'éclat souhaité.

La plupart contiennent, en outre, des substances indésirables.

Lukas Bertschi / chr

Comment redonner du tonus à une chevelure rendue cassante par les effets conjugués du soleil, du vent et des brushings? Les après-shampoings tiennent-ils la promesse de lui redonner souplesse et brillance? Pour le savoir, nous avons confié une dizaine d'entre eux à deux laboratoires spécialisés (*lire encadré*).

Pendant que des coiffeuses professionnelles testaient l'effet coiffant et régénérant des produits, des experts ont traqué les éventuelles substances indésirables présentes dans les soins capillaires. Le résultat du premier test est réjouissant: à l'exception du produit Coop

Foto: P. J.



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	SCHWARZKOPF	OMBIA HAIR	I AM	CIEN	NIVEA
Désignation	Gliss Kur Rincage Total Repair	Après-shampooing structure & brillance	Intense Moisture Conditioner	Après-shampooing Provitaminé Repair & Care	Après-shampooing Soin Diamond Gloss Care
Acheté chez	Manor ^[4, 5, 6]	Aldi	Migros	Lidl	Manor ^[4, 5]
Prix payé	4 fr.	1.49 fr.	1.90 fr.	1.49 fr.	2.55 fr.
Contenance	200 ml	300 ml	200 ml	300 ml	200 ml
Prix aux 100 ml	2 fr.	0.50 fr.	0.95 fr.	0.50 fr.	1.28 fr.
Application					
1. Coiffage sur cheveux mouillés	55%⁽¹⁾	5.3	4.7	5.5	5.2
2. Brillance	30%⁽¹⁾	4.6	4.8	4.6	5.0
3. Application, rinçage	15%⁽¹⁾	5.0	5.1	4.9	3.7
Substances critiques					
→ Muscs polycycliques ⁽²⁾	—	—	—	—	—
→ Thiazolinone ⁽²⁾	—	—	—	—	—
→ Substances légèrement allergènes ⁽³⁾	—	0.2	—	—	0.4
→ Substances fortement allergènes ⁽²⁾	—	—	—	0.5	—
NOTE FINALE ET APPRÉCIATION	5.1	4.9	4.8	4.7	4.5

Si la note est identique, classement selon le prix.
Egalement disponible chez: ^[4] Coop; ^[5] Migros; ^[6] Spar; ^[7] Manor; ^[8] Denner.

⁽¹⁾ Pondération pour l'appréciation finale.

⁽²⁾ En cas de présence, dépréciation de 0.5 point.

⁽³⁾ Dépréciation de 0.1 point si

lants, les rinçages traitants

Naturaline, tous les rinçages traitants ont été bien notés sur le plan pratique.

FACILES À PEIGNER

Vainqueur du test, le *Rinçage Gliss Kur Total Repair* de Schwarzkopf rend le cheveu souple et facile à peigner. Il ne contient aucun composant indésirable, de même que l'*Intense Moisture Conditioner* de Migros. L'effet démêlant de ce dernier laisse toutefois à désirer.

Quatre fois moins cher que le lauréat, le rinçage Ombia Hair le talonne côté efficacité. Il est en revanche pénalisé, car il renferme deux substances légèrement allergènes dont la concentration dépasse 100 mg/kg.

TROP TERMES

Quand il s'agit de redonner de l'éclat aux cheveux fatigués, les conditioners de notre sélection ont été jugés seulement «satisfaisant». Seuls trois flacons, l'*Intense Moisture Conditioner* de I am, le *Nutri-Repair 3* de Fructis et l'*Après-shampoing Soin Diamond Gloss Care* de Nivea ont décroché la mention «bien» à cet égard. Pour

ce dernier, les coiffeuses ont néanmoins eu de la peine, d'abord à extraire le liquide particulièrement épais du flacon, puis à le répartir sur le cuir chevelu. Elles ont baissé sa note en conséquence.

SUBSTANCES ALLERGÈNES

Dernier point de comparaison: les cosmétiques pour cheveux contiennent-ils des ingrédients indésirables et allergènes? Sur les dix produits de notre sélection, deux seulement font un sans-faute. Dernier du classement, l'*Après-shampooing Repair & Care* de Pantene reçoit un carton jaune. Nous avons déprécié sa note après avoir décelé des muscs polycycliques, de la thiazolinone et trois substances légèrement allergènes dont la concentration dépasse les limites que nous avons fixées.

Nous avons soumis ces résultats aux fabricants. Ils ont rétorqué que leurs produits respectent les valeurs maximales légales.

NOUVEAU GUIDE D'ACHAT

A retrouver sur bonasavoir.ch, ainsi que des recettes de soins capillaires «maison».

En détail

Critères du test

L'Institut allemand Schrader a testé les dix après-shampoings sur une centaine de personnes. Les soins ont été appliqués après un shampoing et un rinçage à l'eau, à raison de deux par personne sur chaque côté de la tête. Chaque lotion a été testée sur une vingtaine de chevelures différentes.

Des coiffeuses ont alors vérifié si les cheveux traités étaient faciles à peigner et brillants. Elles ont ensuite noté la facilité d'emploi de chaque produit (répartition sur le cuir chevelu, rinçage, etc.).

De son côté, le Laboratoire Eurofins à Hambourg a traqué la présence de substances critiques dans les flacons.

Muscs polycycliques, cashmeran

Difficilement dégradables, ces parfums synthétiques peuvent être problématiques pour la santé. Ils s'accumulent dans les tissus adipeux.

Thiazolinone

Cet agent conservateur antibactérien peut déclencher des allergies.

Substances allergènes

Susceptibles de déclencher des réactions, elles doivent être déclarées au-delà de 100 mg/kg.

Formaldéhyde

Cancérogène et très irritant, ce composant n'a pas été détecté dans notre sélection, contrairement aux résultats obtenus en 2007.

Phtalates

Les experts n'ont pas décelé, non plus, de traces de cet agent adoucissant.



SCHWARZKOPF	COOP NATURALINE	FRUCTIS	L'ORÉAL ELSÈVE	PANTENE
Syoss Professional Performance Keratine Hair Protection	Après-shampooing Inca Inchi Oil / Huile d'amandes	Après-shampooing fortifiant Nutri-Repair 3	Rinçage Huile extraordinaire	Après-shampooing Repair & Care
Coop ^[5, 6, 7] 4.85 fr. 500 ml 0.97 fr.	Coop 4.95 fr. 200 ml 2.48 fr.	Migros ^[4, 6] 4.30 fr. 250 ml 1.72 fr.	Migros ^[4, 6, 7] 3.55 fr. 200 ml 1.78 fr.	Coop ^[7, 8] 3.80 fr. 200 ml 1.90 fr.
5.2 4.6 4.2	4.7 4.5 4.7	5.3 4.9 4.6	5.4 4.7 5.2	5.5 4.7 5.1
— — 0.5	— — 0.2	0.5 — 0.4	0.5 — 0.5	0.5 0.5 0.3
4.4 +	4.4 +	4.2 +	4.2 +	3.9 -

les substances légèrement allergènes dépassent 100 mg/kg.

Test réalisé en partenariat avec saldo.

Dominique Schatz

Héritage équitable pour famille recomposée

BillionPhotos.com_f

MON TESTAMENT

Le programme simple et efficace pour rédiger votre testament.

[www.bonasavoir.ch/
calculateurs-et-outils](http://www.bonasavoir.ch/calculateurs-et-outils)



Un outil créé par

BON À SAVOIR

SUCCESSIONS Pas facile, voire parfois impossible, de ne pas dans un simple testament. La faute aux parts réservataires, prévoir un pacte successoral. *Christian Chevrolet*

Les familles recomposées sont de plus en plus nombreuses et deviennent un véritable casse-tête pour les parents qui désirent, à l'heure de la succession, mettre tous leurs enfants sur un pied d'égalité. Ils doivent non seulement être bons en maths, mais aussi avoir confiance tant dans le conjoint survivant que dans la compréhension de leurs descendants, comme l'exemple qui suit le démontre.

Madame et Monsieur ont un enfant commun, *Ulysse* (*en turquoise dans les tableaux-ci-contre*). Les deux enfants nés du premier mariage de Madame, *Jérôme* et *Myriam* (*en bordeaux*), vivent avec eux, car leur père est décédé. De son côté *Sophie* (*en bleu*), la fille de Monsieur, est restée avec sa mère, elle-même remariée. Cela paraît très compliqué. C'est pourtant le cas de 5% à 10% des ménages suisses actuellement...

HÉRITAGE ÉQUITABLE

Tout ce petit monde est devenu grand et les parents ont à cœur de prévoir un héritage équitable. Dans l'idéal, ils souhaiteraient que chacun des trois enfants vivant avec eux touchent la même part, et Sophie un peu moins sachant qu'elle héritera également de sa mère. Ils se sont donc fixé un objectif: 29% pour Ulysse, Jérôme et Myriam, et 13% pour Sophie. Sortez vos calculettes! Et relisez également l'article paru dans le dernier numéro «Rédigez simplement votre testament», pour vous remémorer les parts réservataires auxquels certains héritiers ont droit. Car ce sont bien elles qui compliquent singulièrement l'exercice.

Il faut d'abord envisager la répartition des successions (celle

de chaque parent) avec et sans testament. La partie gauche des tableaux indique comment la loi va répartir l'héritage si le défunt n'a rien prévu. Pour simplifier le calcul, nous sommes partis du principe que chaque conjoint disposait d'une succession de 100 000 fr. et que le survivant avait suffisamment de réserve pour ne pas dépenser son héritage avant son propre décès.

Dès lors, il existe deux scénarios en fonction de l'ordre de décès. Si c'est Monsieur qui meurt en premier, l'enfant commun est logiquement privilégié (il hérite dans tous les cas), tout comme Jérôme et Myriam, puisque leur mère est survivante. Sophie est, en revanche, la grande perdante. L'inégalité est, toutefois, encore plus criante si Madame meurt la première, mais pas pour les mêmes! Ulysse reste, en effet, clairement favorisé, puisque, au total, il touche presque la moitié des successions cumulées. Mais Sophie va également hériter 37,5% en fin de compte, puisque son père est survivant. Tandis que Jérôme et Myriam vont toucher des clopinettes.

AVEC UN TESTAMENT

Que peuvent faire les parents grâce à un testament? Tenter de répartir les successions respectives de façon à atteindre leur objectif (partie droite des tableaux). C'est possible au cas où Monsieur décède en premier, mais il va falloir qu'Ulysse accepte que, à cette fin, sa demi-sœur touche plus que lui dans un premier temps. Il prend, en revanche, peu de risque que sa mère le préterte lors de sa succession, puisque sa part réservataire sera de toute façon de 25%.

ble omposée



Le couple a un enfant commun, Ulysse.

Le père a une fille d'un premier mariage, Sophie.

La mère a deux enfants d'un premier mariage, Jérôme et Myriam.

La succession de chaque conjoint se monte à 100 000 fr.

Le conjoint survivant ne dépense pas l'héritage de son conjoint jusqu'à sa propre mort.

pas privilégier certains enfants incontournables, à moins de

Cette répartition est, par ailleurs, optimale sur le plan fiscal, car les enfants ne paient pas d'impôts sur la succession*, contrairement aux beaux-enfants.

Impossible, en revanche, d'atteindre l'objectif désiré si la mère décède en premier, à cause des parts réservataires. Certes, Madame peut limiter au minimum la part de son mari et exclure sa belle-fille, afin de limiter son gain final, mais Sophie touchera tout de même au minimum 37,5% de la succession de son père, ce qui représente 23,44% des successions cumulées. Du coup, les parents vont partir de ce nouveau minimum pour que Jérôme et Myriam touchent au moins la même somme, d'autant qu'ils ne vont pas échapper à l'impôt successoral lorsqu'ils hériteront de leur beau-père. Quant à Ulysse, il va de nouveau devoir se montrer compréhensif dans un premier temps...

PACTE SUCCESSORAL

Les parents peuvent donc rédiger leur testament (par exemple avec notre outil – lire page 10) respectif selon la répartition imaginée dans les tableaux. Mais ils peuvent aussi mettre tout le monde d'accord sur leur répartition idéale et passer devant un notaire pour le consacrer dans un pacte successoral. Il faut, toutefois, que les enfants soient majeurs et tous d'accord. Et il faut savoir que, en cas de changement, il doit être, lui aussi, unanimement validé et nécessitera un nouveau passage chez le notaire.

*A part dans les cantons de Neuchâtel et de Vaud, où ils bénéficient cependant d'une franchise de 250 000 fr. (respectivement 50 000 fr.) par enfant.

Sans testament

	PART LÉGALE	PART EFFECTIVE	HÉRITAGE (EN FRANCS)
--	----------------	-------------------	-------------------------

→ Le père meurt en premier

SUCCESSION		100 000 fr.	
La femme hérite	50%	50%	50 000 fr.
Ulysse hérite	50%	25%	25 000 fr.
Sophie hérite		25%	25 000 fr.
Jérôme hérite	–	–	–
Myriam hérite		–	–

→ La mère meurt en second

SUCCESSION		150 000 fr.	
Ulysse hérite	100%	33,33%	50 000 fr.
Jérôme hérite		33,33%	50 000 fr.
Myriam hérite		33,33%	50 000 fr.
Sophie hérite	–	–	–

AU TOTAL

SUCCESSION		200 000 fr.	
Ulysse hérite		37,5%	75 000 fr.
Sophie hérite		12,5%	25 000 fr.
Jérôme hérite		25,0%	50 000 fr.
Myriam hérite		25,0%	50 000 fr.

→ La mère meurt en premier

SUCCESSION		100 000 fr.	
Le mari hérite	50%	50,00%	50 000 fr.
Ulysse hérite	50%	16,66%	16 666 fr.
Jérôme hérite		16,66%	16 666 fr.
Myriam hérite		16,66%	16 666 fr.
Sophie hérite	–	–	–

→ Le père meurt en second

SUCCESSION		150 000 fr.	
Ulysse hérite	100%	50%	75 000 fr.
Sophie hérite		50%	75 000 fr.
Jérôme hérite	–	–	–
Myriam hérite		–	–

AU TOTAL

SUCCESSION		200 000 fr.	
Ulysse hérite		45,83%	91 666 fr.
Sophie hérite		37,50%	75 000 fr.
Jérôme hérite		8,33%	16 666 fr.
Myriam hérite		8,33%	16 666 fr.

Avec testament

	PART LÉGALE	PART EFFECTIVE	HÉRITAGE (EN FRANCS)
--	----------------	-------------------	-------------------------

→ Le père meurt en premier

SUCCESSION		100 000 fr.	
La femme hérite	25%	55,25%	55 250 fr.
Ulysse hérite	37,5%	18,75%	18 750 fr.
Sophie hérite		26,00%	26 000 fr.
Jérôme hérite	–	–	–
Myriam hérite		–	–

→ La mère meurt en second

SUCCESSION		155 250 fr.	
Ulysse hérite	75%	25,30%	39 278 fr.
Jérôme hérite		37,35%	57 986 fr.
Myriam hérite		37,35%	57 986 fr.
Sophie hérite	–	–	–

AU TOTAL

SUCCESSION		200 000 fr.	
Ulysse hérite		29,01%	58 028 fr.
Sophie hérite		13,00%	26 000 fr.
Jérôme hérite		28,99%	57 986 fr.
Myriam hérite		28,99%	57 986 fr.

→ La mère meurt en premier

SUCCESSION		100 000 fr.	
Le mari hérite	25%	25,00%	25 000 fr.
Ulysse hérite	37,5%	12,50%	12 500 fr.
Jérôme hérite		31,25%	31 250 fr.
Myriam hérite		31,25%	31 250 fr.
Sophie hérite	–	–	–

→ Le père meurt en second

SUCCESSION		125 000 fr.	
Ulysse hérite	75%	37,5%	46 875 fr.
Sophie hérite		37,5%	46 875 fr.
Jérôme hérite	–	12,5%	15 625 fr.
Myriam hérite		–	–

AU TOTAL

SUCCESSION		200 000 fr.	
Ulysse hérite		29,69%	59 375 fr.
Sophie hérite		23,44%	46 875 fr.
Jérôme hérite		23,44%	46 875 fr.
Myriam hérite		23,44%	46 875 fr.



Fielmann : Des prix bas c'est bien, mais des prix bas garantis, c'est mieux.

Fielmann vous donne la garantie du prix le plus bas.

Si vous voyez pendant les six semaines qui suivent votre achat le même produit moins cher ailleurs, Fielmann vous le reprend et vous rembourse son prix d'achat.

Fielmann accorde trois ans de garantie sur toutes les lunettes, même sur les lunettes d'enfants.

Car chez Fielmann vous achetez une qualité confirmée. Les modèles de notre collection ont passé avec succès les tests d'usure selon DIN EN ISO 12870.

Lunettes : Fielmann. Plus de 700x en Europe. 37x en Suisse : également près de chez vous.

Lunettes complètes modernes
avec des verres
à simple foyer,
3 ans de garantie

CHF **47.50**

www.fielmann.com

fielmann

Quand le malade passe à la caisse...



marco@piccells.ch

ASSURANCE MALADIE Vais-je devoir, ou non, payer à la pharmacie mes médicaments sur ordonnance? Mieux vaut le savoir avant de changer de caisse, car en fonction des assureurs, les deux systèmes sont possibles. Découvrez qui paie quoi, et quand. *Vincent Cherpillod*

A ma gauche, le système du **tiers payant**. Le prestataire de service – pharmacie, médecin ou hôpital – envoie sa facture directement à la caisse maladie, qui refacture à l'assuré la part qu'il doit éventuellement payer: franchise, quote-part et participation hospitalière. A ma droite, le système du **tiers garant**. Cette fois, c'est le patient qui doit avancer l'argent. Il transmet ensuite les factures payées à son assureur et attend qu'il le rembourse, après déduction de ses participations.

Cette différence n'a rien d'anodin, surtout pour les personnes qui ont besoin de médicaments coûteux, par exemple des anticancéreux. Or, il est difficile de savoir, au moment de changer de caisse (*lire encadré*), quelles sont celles qui pratiquent le tiers garant. Pour le savoir, nous avons interrogé les quatorze plus grandes d'entre elles. Deux constats s'imposent: tout d'abord, le modèle de couverture choisi (traditionnel, réseau de soins, médecin de famille, etc.) ne joue aucun rôle en la matière. En revanche, attention au nom de l'assurance: au sein d'une même caisse, il existe souvent plusieurs sous-caisses qui n'ont pas la même politique de facturation. Ainsi, Sanitas assume les factures des médicaments (tiers payant), mais Compact – qui appartient au même groupe – impose le tiers garant. Pour y voir plus clair, voici les différents cas de figure possibles.

1. MÉDICAMENTS

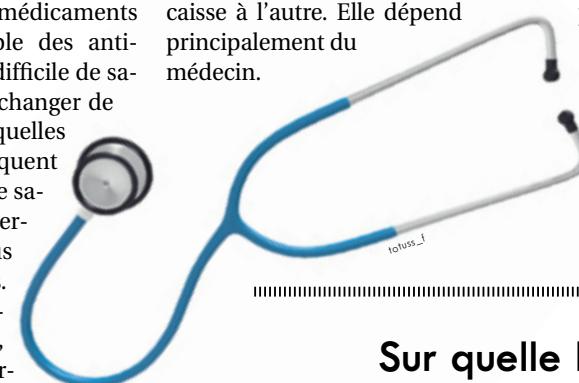
Selon la loi sur l'assurance maladie, c'est curieusement le modèle du tiers garant qui est retenu par défaut. Exception: si la pharmacie a passé une convention avec la

caisse maladie, qui lui permet de lui transmettre directement les factures des médicaments prescrits. Fort heureusement, la plupart des pharmacies et une majorité d'assureurs ont signé de telles conventions et pratiquent le tiers payant. Parmi les quatorze caisses interrogées, celles qui fonctionnent selon le tiers garant – et obligent donc l'assuré à avancer les frais – sont les suivantes:

→ Assura, Compact, Intras, Sana-gate et Supra.

2. MÉDECINS

La situation change peu d'une caisse à l'autre. Elle dépend principalement du médecin.

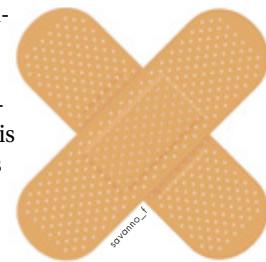


Tout comme les pharmacies, les praticiens peuvent choisir s'ils souhaitent signer une convention avec les caisses et leur transmettre directement les factures, ou non. Selon les assureurs, un tiers d'entre eux environ ont conclu un accord de tiers payant. Les autres envoient la note aux patients. Les physiothérapeutes font figure d'exception, puisque la grande majorité d'entre eux envoient leurs notes directement aux assureurs.

3. HÔPITAUX

Ici, la base de la loi est différente, puisqu'elle indique que, en cas de traitement hospitalier, c'est le tiers payant qui s'applique. Autrement dit, les hôpitaux envoient directement leurs factures aux caisses maladie.

Mais prudence, car il existe de nombreuses exceptions. Les frais des divisions demi-privées et privées en sont une, sauf accord spécifique entre un établissement et un assureur. Les médecins qui facturent leurs prestations séparément de celles de l'hôpital, toujours dans les divisions demi-privées et privées, en sont une autre. Il est ainsi possible de recevoir à la maison des douleur-euses à quatre voire à cinq chiffres des chirurgiens et des anesthésistes... Dans un cas pareil, l'assuré a tout intérêt à les transmettre immédiatement à sa caisse maladie, pour pouvoir les payer après avoir reçu le remboursement.



soyenne.ch

Pratique

Sur quelle base choisir une nouvelle caisse?

Celles et ceux qui souhaitent changer d'assurance de base doivent faire en sorte que leur lettre de résiliation arrive à destination au plus tard le 30 novembre 2016. Rappelons qu'on peut parfaitement conserver ses complémentaires, tout en allant voir ailleurs pour la couverture de base. Voici les critères à prendre en considération au moment du choix.

→ **Prix:** consulter **priminfo.ch**, le seul comparatif neutre et indépendant, établi par la Confédération. Il classe les primes par ordre croissant de coût. Et les différences peuvent être considérables d'une caisse à l'autre. A Neuchâtel, par exemple, l'écart, par mois, peut friser les 200 fr. (+48%), soit une économie potentielle de 2400 fr. par an pour les mêmes prestations!

→ **Modèle:** toujours sur **priminfo.ch**, il est possible de ne retenir que les modèles voulus dans

le comparatif de prix. Il est, ainsi, facile d'éviter ceux qui ne conviennent pas – par exemple, le modèle du médecin de famille ou, au contraire, de ne sélectionner que ceux d'un certain type pour faire des économies (*lire «En passant d'abord par mon médecin»*, B&S 10/2016).

→ **Type de facturation:** pour éviter de devoir payer à l'avance les médicaments prescrits, on ne retiendra pas les caisses qui pratiquent le système du tiers garant (*lire ci-contre*). En Suisse romande, malheureusement, il s'agit souvent des moins chères. Une situation d'autant plus rageante que, dans plusieurs cantons alémaniques, les assureurs les plus attractifs pratiquent souvent le tiers payant!

→ **Satisfaction:** consultez notre sondage pour connaître les caisses les plus appréciées des assurés (*lire «La palme de la satisfaction à Sanitas»*, B&S 10/2016).

Epargne et assurance vie ne font pas bon ménage

PRÉVOYANCE La baisse des taux d'intérêts a sonné le glas d'une grande partie des produits d'assurance vie mixtes. Ceux qui survivent ne sont pas intéressants, sauf s'ils sont liés à des fonds de placement, mais gare au risque! *Vincent Cherpillod*

Protéger ses proches contre le risque d'un décès prématué, tout en épargnant de l'argent et en bénéficiant des abattements fiscaux du 3^e pilier: cette combinaison d'objectifs, séduisante sur le papier, a donné leur nom aux assurances vie «mixtes». Elles permettent de libérer un capital en cas de mort, tout comme les assurances décès, mais aussi de récupérer l'argent placé, additionné de son rendement, au terme du contrat.

Problème: depuis plusieurs années déjà, de nombreux assurés s'aperçoivent, à la fin du contrat, que non seulement leur capital n'a pas fructifié, mais a même fondu! Cette désillusion s'explique par la structure des assurances vie mixtes: seule une partie de l'argent investi est véritablement consacré à l'épargne. Le reste sert à financer le risque de décès en cours de contrat, de libération du paiement des primes en cas d'accident ou de maladie, ainsi que les frais administratifs. Par le passé, lorsque les taux d'intérêts étaient encore intéressants, le rendement de la part d'épargne suffisait à couvrir ces frais et à permettre un gain au terme du contrat, même faible. Ce rendement est aujourd'hui insuffisant. Les assureurs doivent alors, année après année, puiser

dans le capital. A la fin, l'assuré récupère donc moins d'argent que ce qu'il a investi.

SEUL UN PRODUIT RESTE INTÉRESSANT

Lors de notre précédent comparatif, en 2014, seuls quatre assureurs sur douze garantissaient encore à leur client de toucher, à la fin du contrat, un capital égal ou supérieur à son investissement, pour un placement de 20 ans avec

paiement de primes annuelles de 6000 fr. La situation était à peine meilleure en cas de versement d'une prime unique au début du contrat, avec un gain dans dix cas sur onze, mais accompagné d'un rendement squelettique compris entre 0,1% et 0,6%. Quant aux excédents potentiels souvent mis en avant par les assureurs – un bonus retourné au client en cas d'affaires florissantes –, ils ont pratiquement disparu, ces dernières années.

Qu'en est-il en 2016? Nous avons de nouveau interrogé les principales compagnies d'assurance, en nous concentrant, cette fois, sur les produits à prime unique. Surprise: seuls trois d'entre elles proposent encore une couverture traditionnelle, c'est-à-dire non liée à des fonds de placement (*voir tableau ❶*). Les autres y ont purement et simplement renoncé, ou ont remplacé cette offre par des polices hybrides (*lire plus loin*).

❶ Assurance vie mixte traditionnelle avec prime unique

Homme, 50 ans, non-fumeur. Contrat de 10 ans avec versement d'une prime unique de 100 000 fr.⁽¹⁾

COMPAGNIE	ASSURANCE	CAPITAL GARANTI ⁽²⁾	RENDEMENT ANNUALISÉ	CAPITAL ESPÉRÉ ⁽³⁾	RENDEMENT ANNUALISÉ
Retraites Populaires	Duo prime unique	104 914	0,48%	107 449	0,72%
Raiffeisen	Assurance vie de capital ⁽⁴⁾	96 456	-0,36%	99 020	-0,10%
Helvetia	Plan de prévoyance	95 929	-0,41%	98 398	-0,16%
PostFinance	Prime unique maximale: 30 000 fr.				
Zurich	Prime unique minimale: 500 000 fr.				
Allianz, AXA Winterthur, Generali	Remplacé par un produit lié à un fonds, mais avec garantie de capital				
Groupe Mutuel, Mobilière, SwissLife	Produit supprimé				
Bâloise	Pas de produit comparable actuellement				
PAX, Vaudoise	Ont refusé de transmettre ces informations				

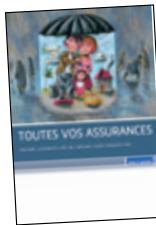
⁽¹⁾ Droit de timbre compris, la somme investie dans l'assurance est en réalité de 97 561 fr.

⁽²⁾ En cas de décès ou à terme.

⁽³⁾ Avec excédents, à terme.

⁽⁴⁾ Produit proposé en partenariat avec Helvetia.



Un guide tout neuf**En toute assurance!**

C'est évident: la meilleure des assurances ne vous mettra pas à l'abri d'un sinistre! En revanche, elle vous évitera les conséquences financières

qui en découlent ou, du moins, permettra de les atténuer, qu'il s'agisse de maladie, d'invalidité ou de décès, de responsabilité civile, du ménage, d'automobile, de voyage, etc.

Mais s'assurer pour tout, voire à double ou à triple, n'est pas non plus un choix judicieux. Notre guide «*Toutes vos assurances*», qui vient d'être entièrement actualisé, vous permet de faire un choix éclairé. Dans un langage simple, clair et précis, il vous rend attentif aux pièges à contourner, aux

points à vérifier et aux subtilités à ne pas négliger. Par ailleurs, il vous permet de comparer le montant des primes fixées par les plus importantes compagnies suisses sur la base de profils prédefinis.

NOUVEAU: ces tableaux ne figurent pas dans le livre, mais sont disponibles sur notre site **bonasavoir.ch**, de façon à être actualisés chaque année à des dates d'anniversaires mentionnées dans toutes les comparaisons. A cette fin, le possesseur du guide dispose d'un code d'une validité de deux ans, qu'il pourra ensuite prolonger (5 fr./année supplémentaire).

L'ouvrage est disponible dès la mi-novembre.

Commande en page 44.

produit survivant qui, tout en couvrant le risque de décès, permet à l'assuré de récupérer plus que sa mise de départ à la fin du contrat. Le gain demeure toutefois modeste – 4914 fr. pour un capital de 100 000 fr. immobilisé pendant 10 ans – mais pourrait convenir à qui cherche un placement absolument sûr.

40000 FR. PERDUS

Pour obtenir un rendement supérieur, il faut se tourner vers les assurances vie mixtes liées à des fonds de placement. En cas de décès du preneur d'assurance pendant le contrat, celles-ci versent

aux bénéficiaires une somme plus intéressante que les produits traditionnels (*voir tableau ②, colonne 3*). En revanche, le capital obtenu à la fin de celui-ci est directement lié aux performances du ou des fonds de placement liés, sans montant minimal garanti.

Une augmentation de 5% du fonds lié pendant la durée du contrat permet de réaliser une très bonne affaire, en récupérant entre 144 400 et 152 722 fr. au bout de 10 ans. Zurich propose le meilleur rendement (4,33%), mais ne garantit que 107 439 fr. en cas de décès, contre 120 000 fr. pour Helvetia et Raiffeisen. Le risque est

néanmoins considérable, car le bilan boursier peut très bien s'avérer négatif sur de longs intervalles de temps. L'un de nos lecteurs en a d'ailleurs déjà fait les frais (*lire «Le fiasco d'une assurance vie liée à des fonds» sur bonasavoir.ch*): en concluant un contrat de 10 ans à la fin de 1999, il a perdu près de 40 000 fr. sur sa prime de 100 000 fr.!

ÉVITER LA CATASTROPHE

Pour éviter de telles déconvenues, plusieurs assureurs, notamment Allianz, Axa Winterthour et Generali, proposent depuis peu des produits hybrides. Une partie seulement de l'argent – le client peut parfois choisir quel pourcentage – est placée en Bourse, ce qui permet de bénéficier tout de même d'un capital garanti à la fin du contrat. Certes moindre (en général 80% à 90% de la somme investie), il permet néanmoins d'éviter la catastrophe lorsque le mauvais temps se prolonge sur les marchés.

N'en déplaise aux assureurs, les spécialistes s'accordent sur un point: peu de formes d'assurances vie mixtes sont réellement intéressantes, car la part de la prime consacrée à la couverture du risque et aux frais grève trop le rendement du capital. Il est plus intéressant de séparer ces deux objectifs en concluant une simple assurance décès et en plaçant ailleurs le solde disponible (dans des ETF par exemple), en fonction du risque qu'on est prêt à prendre.

PAX et Vaudoise ont, de leur côté, refusé de nous transmettre les chiffres demandés. La première estime que la nouvelle baisse du taux technique, le 1^{er} janvier prochain, rend ces produits peu comparables entre eux. La seconde signale que la situation sur les marchés leur a fait «perdre de leur intérêt» et qu'ils ne sont «plus considérés comme stratégiques».

Duo prime unique de Retraites Populaires sort du lot: c'est le seul

② Assurance vie mixte liée à des fonds de placement

Homme, 50 ans, non-fumeur. Contrat de 10 ans avec versement d'une prime unique de 100 000 fr.⁽¹⁾

COMPAGNIE	ASSURANCE	CAPITAL GARANTI EN CAS DE DÉCÈS	CAPITAL OBTENU SI LE RENDEMENT DU FONDS LIÉ ATTEINT 5%	RENDEMENT ANNUALISÉ
Zurich	CapitalFund	107 439	152 722	4,33%
Generali	Conforta Control	106 330	152 580	4,32%
Groupe Mutuel	Global vie invest	107 686	152 100	4,28%
Helvetia, Raiffeisen	Plan de performance	120 000	149 243	4,09%
Mobilière	Assurance liée à des fonds	117 347	148 118	4,01%
Bâloise	Fonds Plan	109 827	147 925	3,99%
AXA Winterthur	WinLife Fund	105 267	147 900	3,99%
Allianz Suisse	Assurance vie liée à des fonds	119 787	147 083	3,93%
Swiss Life	Premium Confort	107 321	147 083	3,93%
PostFinance	Assurance vie liée à des fonds	105 270	144 400	3,74% ⁽²⁾
Retraites Populaires	Pas de produit exclusivement lié à des fonds de placement			
PAX, Vaudoise	Ont refusé de transmettre ces informations			

Droit de timbre compris.

⁽¹⁾ La somme investie dans l'assurance est en réalité 97 561 fr.

⁽²⁾ Pour un rendement du fonds lié de 4,75% au lieu de 5%.

De la douceur et du bisphénol

MOUTARDES Elles sont nombreuses à renfermer des métaux lourds, comme du plomb ou du cadmium. Le laboratoire a également montré que, seules, les plus corsées ne contiennent pas de bisphénol! *Julia Wyss / bl*

La moutarde a une longue tradition: la Chine la connaissait déjà, il y a environ 3000 ans. Dans les cuisines européennes, on l'achète sous la forme d'une pâte à base de graines de moutarde et de vinaigre ou de verjus, un jus acide extrait de raisins n'ayant pas mûri. Pour la préparation, il existe trois variétés de plantes, désignées par leur couleur. La moutarde blanche, aussi appelée «jaune», est douce, alors que les brune et noire sont nettement plus fortes. Le mélange est donc la clé pour varier les saveurs.

Pour savoir la qualité des produits les plus vendus, nous en avons envoyé quinze au laboratoire. Les spécialistes ont traqué

des pesticides, des conservateurs et des métaux lourds, mais également des traces de bisphénol F (BPF) et alcaloïdes pyrrolizidiniques (*lire encadré*).

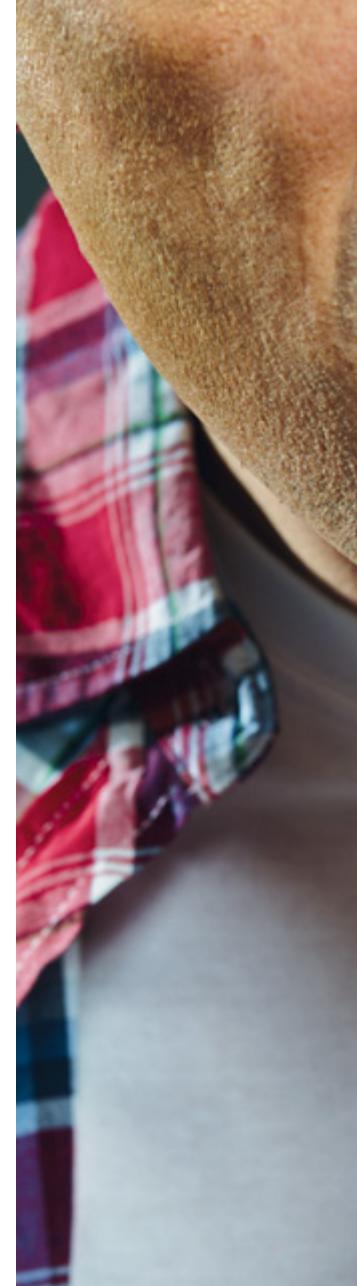
AUCUNE TRACE DE PESTICIDES

Le résultat est réjouissant: treize produits reçoivent l'appréciation globale «bon». Les deux derniers obtiennent la mention «satisfaisant». La bonne nouvelle, c'est qu'aucun échantillon ne contenait des résidus de pesticides ou des alcaloïdes pyrrolizidiniques. La grande majorité des articles était également exempts de conservateurs indésirables. Les exceptions? La *Moutarde forte de Dijon*, de Grey-Poupon, et la *Dijon*

Originale de Maille qui renfermaient du dioxyde de soufre. Ce composé est ajouté comme antioxydant pour que la pâte garde sa clarté et sa force. Il peut pourtant provoquer des nausées, des maux de tête ou de l'asthme.

La présence de métaux lourds était, à contrario, nettement moins rare, puisque tous les échantillons contenaient du cadmium! Dans la moutarde *Gros grains bio* de Migros, des résidus de plomb ont également été décelés. Dans tous les cas, les concentrations étaient suffisamment faibles pour qu'on puisse parler de traces uniquement.

Suite à la page 18



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

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



MARQUE	Désignation	Acheté chez	Prix payé	Prix aux 100 g	1. Pesticides	2. Alcaloïdes pyrrolizidiniques	3. Teneur en bisphénol F ⁽¹⁾	4. Composés de soufre ⁽²⁾	5. Métaux lourds ⁽³⁾
Denner	Moutarde mi-forte	Aldi	0.85 fr.	0.28 fr.	Non	Non	Non	Faible	Non
Le Gusto	Moutarde douce	Lidl	0.59 fr.	0.29 fr.	Non	Non	Non	Faible	Non
Winarom	Mustard	Volg	1.10 fr.	0.37 fr.	Non	Non	Non	Faible	Non
Volg	Moutarde	Coop	1.10 fr.	0.55 fr.	Non	Non	Non	Non	Oui
Thomy	Relevée	Migros	2.20 fr.	1.10 fr.	Non	Non	Non	Non	Oui

NOTE FINALE ET APPRÉCIATION

DENNER	LE GUSTO	WINAROM	VOLG	QUALITÉ & PRIX	THOMY
5.3 ☀☀	5.3 ☀☀	5.3 ☀☀	5.3 ☀☀	5.3 ☀☀	5.3 ☀☀

Si la note est identique, classement selon le prix.

⁽¹⁾ Pas de pénalité lorsque la concentration était inférieure à 10 µg/kg. Déduction de 0.2 point lorsqu'elle était «faible», soit entre 11 et

⁽²⁾ Pénalité de 1 point sur la note finale si présence détectée.

⁽³⁾ Pénalité de 0.5 point sur la note finale par métal lourd décelé.

Egalement disponible chez: ⁽⁴⁾ Coop; ⁽⁵⁾ Globus; ⁽⁶⁾ Manor;



En détail

Les substances recherchées

Un laboratoire spécialisé a examiné les quinze produits en recherchant les composants suivants.

1. Pesticides

Pour l'analyse, les experts ont utilisé un procédé apte à détecter plus de 500 pesticides parmi les plus courants.

2. Alcaloïdes pyrrolizidiniques

Ces toxines sont produites naturellement par plusieurs espèces de plantes, pour la plupart des mauvaises herbes. On en trouve notamment entre les plants de moutarde. Ils sont soupçonnés de causer le cancer et d'endommager le foie, et ne sont donc pas autorisés dans les aliments.

3. Bisphénol F

Ce composé chimique, utilisé dans les matières plastiques, peut aussi se libérer dans les denrées à base de graines de moutarde blanche. Sa toxicité (perturbateur endocri-

nien, etc.) est jugée comparable à celle du bisphénol A. Lorsque la concentration était faible, le produit a été sanctionné de 0.2 point. Lorsqu'elle était élevée, 0.5 point a été retiré.

4. Composés de soufre

Le laboratoire a examiné les échantillons pour découvrir s'ils contenaient du dioxyde de soufre. En plus d'être un conservateur inutile, cette substance peut provoquer des réactions allergiques. Sa présence a valu une pénalité de 1 point aux produits concernés.

5. Métaux lourds

S'ils peuvent se trouver dans la nature, ils proviennent également des émissions de gaz polluants ou des engrangements chimiques. Le laboratoire a cherché des traces de plomb et de cadmium. Tous les deux sont toxiques et s'accumulent dans le corps. Raison pour laquelle la présence de chacun d'eux a été sanctionnée de 0.5 point.



NATURAPLAN	GLOBUS	M-BUDGET	PRIX GARANTIE	M-CLASSIC	THOMY	MIGROS	GREY-POUPON	MAILLE
Bio Moutarde à l'ancienne	Organic Moutarde gros grains	Moutarde douce	Moutarde	Moutarde mi-forte	Moutarde mi-forte	Moutarde gros grains bio	Moutarde forte de Dijon	Dijon Originale
Coop	Globus	Migros	Coop	Migros	Denner (4, 5, 6, 7, 8)	Migros	Coop (5, 6)	Globus (6)
4.95 fr.	4.90 fr.	0.85 fr.	0.85 fr.	1.60 fr.	1.70 fr.	2.30 fr.	1.50 fr.	3.90 fr.
2.48 fr.	4.08 fr.	0.28 fr.	0.28 fr.	0.80 fr.	0.85 fr.	1.15 fr.	1.50 fr.	1.81 fr.
Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Faible	Faible	Elevée	Elevée	Elevée	Elevée	Faible	Non détecté	Non détecté
Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Oui	Oui
Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
5.3 ++	5.3 ++	5.0 ++	5.0 ++	5.0 ++	5.0 ++	4.8 ++	4.5 +	4.5 +

Dominique Schatz

2000 µg/kg. Pénalité de 0.5 point lorsqu'elle était «élevée», soit supérieure à 2000 µg/kg.

(7) Migros; (8) Volg.

Test réalisé en partenariat avec saldo.

Bienvenue chez vous

Rénovez à 0%*
Transférez votre prêt
et économisez



Contactez-nous
pour tous renseignements

0800 829 830
www.ca-financements.ch

CA CRÉDIT AGRICOLE
FINANCEMENTS SUISSE SA
VOTRE ALTERNATIVE BANCAIRE



L'autre point noir, c'est la présence de bisphénol F (BPF) dans treize des quinze échantillons! A la lumière des connaissances actuelles, le BPF est comparable au bisphénol A. Par conséquent, on peut le considérer comme un perturbateur endocrinien avec toutes les conséquences que cela suppose: déséquilibre du système hormonal et altération de la fertilité.

De prime abord, on pourrait supposer que le BPF a migré de l'emballage vers son contenu. Mais des études de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire (OSAV) ont montré que ce n'est pas le cas: le BPF se forme par une réaction chimique lors de la préparation de la moutarde. Si le mécanisme n'a pas encore été complètement étudié, on sait toutefois qu'il affecte les graines de la variété blanche et non celles de la brune ou de la noire.

Ce constat a été corroboré par les résultats de notre test: la Maille et la Grey-Poupon sont les seuls produits qui ne renfermaient pas de bisphénol F. Or, il s'agit précisément des seules recettes – basées sur celle de Dijon – qui sont fabriquées sans aucune graine de moutarde blanche. C'est une information intéressante pour les consommateurs qui souhaitent éviter le BPF. Le hic, c'est que les fabricants ne mentionnent généralement

pas, sur l'étiquette, la ou les variétés de graines utilisées.

TENEUR TRÈS FLUCTUANTE

Dans les faits, il n'existe pas encore de limites légales pour le bisphénol F. L'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA) s'appuie sur le danger potentiel du BPA qui a une structure chimique très similaire. Or, le seuil de tolérance pour le BPA est fixé 0,004 milligramme par kilogramme de poids corporel.

Dans les produits que nous avons testés, cette valeur n'a pas été atteinte pour le bisphénol F. Mais les concentrations mesurées étaient très variables d'un échantillon à l'autre: la moutarde M-Budget en contenait onze fois plus que la bio Naturaplan et dix fois plus que celle de Volg. Ces écarts pourraient s'expliquer par les processus de fabrication, sachant que la formation de bisphénol F s'accélère à haute température.

Les fabricants ont réagi à nos résultats en indiquant que la présence de bisphénol F dans la moutarde blanche était connue. Mais ils estiment que le risque des effets indésirables sur la santé est particulièrement faible.

NOUVEAU **GUIDE D'ACHAT**
A retrouver sur bonasavoir.ch

Cours pour chiens toujours en vigueur

ANIMAUX En septembre dernier, le Parlement a décidé de ne plus imposer les cours d'éducation canine. Le point actuellement. *Bastien Lance*

Les cours obligatoires pour les propriétaires de chiens, c'est fini! Enfin, presque... Le 19 septembre dernier, le Conseil national a choisi de ne plus les rendre obligatoires, rejoignant ainsi l'avis du Conseil des Etats. Cette décision implique une modification de l'ordonnance sur la protection des animaux (OPAn), datant de 2008. Celle-ci stipule qu'une personne désirant acquérir un chien doit présenter une attestation de compétences (AC), prouvant qu'elle est apte à s'en occuper.

L'OBLIGATION N'EST PAS ENCORE TOMBÉE

«Est-ce que cela signifie que je peux désormais prendre un chien sans attestation?» s'interrogent plusieurs lecteurs. Pas tout à fait. Car, pour l'heure, rien n'a changé. L'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) rappelle que c'est désormais au Conseil fédéral de modifier l'OPAn en conséquence. Au mieux, ce sera pour janvier 2017, mais rien n'est garanti. De fait, les cours restent obligatoires jusqu'à nouvel ordre: tout propriétaire est tenu de les suivre dans l'année après

l'acquisition du premier animal. La liste des formateurs agréés est disponible sur le site de l'OSAV*.

MOINS DE CONTRÔLE DES PROPRIÉTAIRES

Une fois sous toit, le nouveau cadre légal ne signifiera pas pour autant que ces cours disparaîtront. Ils seront même toujours obligatoires dans certaines régions, en fonction des lois propres à chaque canton. Mais quoi qu'il en soit, la nouvelle donne aura des incidences sur la notion de responsabilité du propriétaire.

En effet, la personne qui assume la garde de l'animal est légalement responsable des dommages causés, à moins qu'il soit prouvé qu'elle a gardé et surveillé son chien avec toute l'attention possible (art. 56 CO). Tel n'est pas le cas, à l'heure actuelle, si elle ne peut présenter l'attestation de compétences. Lorsque les modifications de l'OPAn seront effectives, le propriétaire n'aura plus besoin de ce document pour faire valoir sa bonne foi.

*Liste des éducateurs canins sur: <http://blv.bytix.com/plus/trainer/>



jeremy brosch_f



Des cacahuètes contre la migraine

Manger salé est susceptible de prévenir les migraines, selon une étude de l'Institut de recherche médicale Huntington, en Californie. C'est que de telles douleurs sont parfois dues à une pression sanguine trop basse. Or, consommer du sel peut la faire remonter. Il faut cependant agir avant que la douleur ne s'installe.

Reto Agosti, médecin spécialisé au Centre de la migraine Hirslanden à Zurich, n'est pas opposé à cette astuce si le patient a des reins en parfaite santé et une tension artérielle basse. Mais l'efficacité n'est pas garantie, car de nombreux facteurs peuvent être responsables de la survenue des douleurs. Cela fonctionne, en tout cas, avec une de nos lectrices, qui dit avoir toujours sur elle des cacahuètes ou des bretzels: «Une à deux poignées suffisent», confie-t-elle. **seb**

Lire également l'enquête du jour du 17.10.2016 sur [bonasavoir.ch](#)

QUELLE RENTE POUR QUELLE RETRAITE?

La Confédération souhaite baisser le taux de conversion des rentes du 2^e pilier de 6,8% à 6%. Concrètement, pour une personne disposant d'un capital de 300 000 fr., la rente mensuelle passera de 1700 fr. à 1500 fr. Pour faire passer la pilule et compenser cette baisse, le Parti libéral radical (PLR) propose de changer les taux de cotisations (9% entre 25 et 44 ans, puis 13,5% entre 45 et 65 ans et de les appliquer sur l'entier du salaire, alors qu'on lui soustrait aujourd'hui 24 675 fr. (déduction de coordination). Selon le PLR, cette option permettrait même d'améliorer les rentes des revenus modestes.

Nous avons fait le calcul: c'est vrai. Pour un salaire moyen de 6310 fr. (correspondant à un salaire de départ - à l'âge de 25 ans - de 4500 fr., indexé de



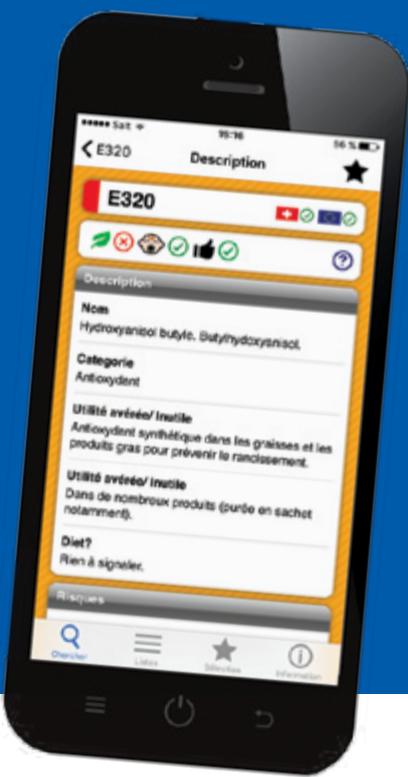
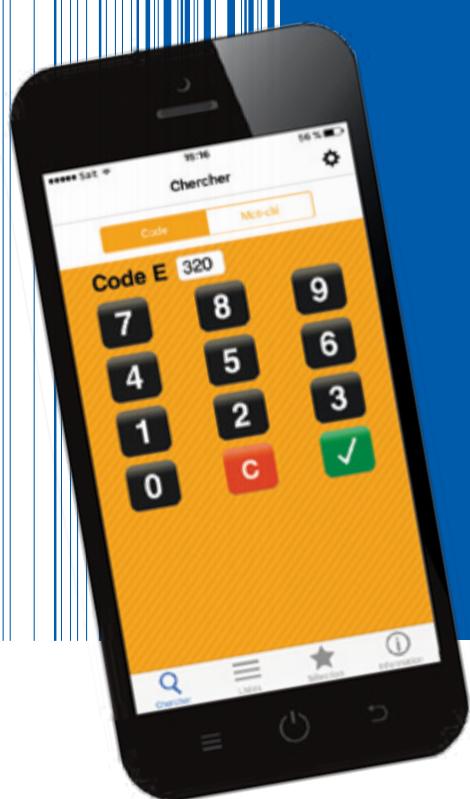
1,5% chaque année), la rente actuelle sera de 1803 fr. par mois, contre 2254 fr. avec le projet du PLR. Mais l'employé aura versé 53 437 fr. de plus durant ses 40 ans de cotisations professionnelles, et son employeur tout autant. Cela représente tout de même une ponction moyenne supplémentaire de 103 fr. par mois!

La situation s'inverse pour les plus hauts revenus. Avec un salaire de départ de 8000 fr., la rente actuelle est de 4043 fr. et celle du projet PLR est de 4008 fr., alors que l'assuré aura payé 31 580 fr. en plus. **cc**

BONUS WEB Petit calculateur permettant de comparer les rentes en fonction de vos données. sur [bonasavoir.ch](#)

Colorants,
conservateurs,
affermisants,
exhausteurs de goûts,
etc.

DÉCODEZ
LES ADDITIFS CACHÉS
DANS LES ALIMENTS



à télécharger
pour seulement 4 fr.

Disponible sur
App Store

Disponible sur
Google play

App **CODES E**

Un outil créé par

BON À SAVOIR

Cours de premiers secours: il est permis d'économiser!

PERMIS DE CONDUIRE Pour obtenir le précieux sésame, le cours de premiers secours est un passage obligé. D'un prestataire à l'autre, les prix peuvent passer du simple au double. *Bastien Lance*

Préparer son permis de conduire n'est pas une mince affaire. La première étape est le fameux cours de premiers secours ou cours de samaritain. Puisque l'attestation délivrée est la même, on pourrait s'attendre à ce que son prix soit identique partout. C'est pourtant loin d'être le cas (*voir tableau*). Nous avons comparé les huit prestataires en Suisse romande agréés par l'Office fédéral des routes (Ofrou). Parmi eux, cinq donnent leurs propres cours, alors que trois forment des moniteurs d'auto-école. Or, ces derniers ont des tarifs très hétérogènes.

Ainsi, on constate que la facture peut varier du simple au double. Le cours le moins cher se donne à Genève. Pendant l'été, dans l'auto-école Fun-Drive, attestée par le prestataire SanPool, il coûte 70 fr. C'est moins de la moitié du prix affiché par l'Association vaudoise des samaritains, à savoir 160 fr.! L'addition la plus salée a été relevée à Healthfirst Sàrl (190 fr.), à Genève, qui propose, certes, ses cours en anglais. Mais MyDrivingScool — estampillée SanPool — s'adresse également



aux anglophones pour un tarif de 100 fr. dans la même ville.

UN MARCHÉ LIBRE

Ces écarts abyssaux montrent qu'il n'est pas inutile de comparer les grilles tarifaires avant de s'inscrire. Guido Bielman, porte-parole de l'Ofrou, rappelle que «les organisateurs des cours sont libres de fixer leur prix». En effet, des for-

mations certifiées par un prestataire peuvent être facturés très différemment d'un endroit à l'autre ainsi qu'au sein d'un même canton. En terre vaudoise, Easy-Aide, par exemple, atteste des cours à 99 fr. à Palézieux, Orbe ou Yverdon, à 150 fr. à Lausanne et à Renens et à 160 fr. à Gland.

Daniel Gueissaz, directeur d'Easy-Aide, explique que les tarifs

sont fixés par les auto-écoles elles-mêmes. Selon lui, ils sont décidés en fonction du prix de location de la salle, des déplacements occasionnés et de la concurrence. «Mais les prix ont bien baissé, glisse-t-il. Il y a sept ou dix ans en arrière, les cours de premiers secours coûtaient 170 fr., voire 180 fr.»

LA CHASSE AUX BONS PLANS

Des moniteurs d'auto-école ne manquent pas pour autant d'originalité pour casser les prix. Chez certains, la formation peut être meilleur marché si elle a lieu en semaine ou pendant l'été. D'autres proposent des bons cadeaux à valoir sur une future leçon de conduite. Sans compter le fait que le TCS rembourse 35 fr. à ses membres sur présentation de l'attestation.

Un autre moyen d'accomplir son cours de premiers secours est apparu ces dernières années: le *e-learning*. Disponible en Suisse romande sur samariter.ch, la partie théorique se suit en ligne individuellement et coûte 15 fr. Le volet pratique, lui, se déroule toujours en groupe avec un moniteur. Il est facturé entre 100 fr. à 150 fr. selon le lieu.

Prix du cours de premiers secours pour permis de conduire en Suisse romande

PRESTATAIRE / CANTON	BERNE	FRIBOURG	GENÈVE	JURA	NEUCHÂTEL	VALAIS	VAUD
Alliance suisse des samaritains	De 120 fr. à 150 fr.	150 fr.	130 fr.	De 130 fr. à 150 fr.	140 fr.	De 120 fr. à 150 fr.	160 fr.
Easy-Aide Sàrl	—	99 fr.	—	150 fr.	De 130 fr. à 140 fr.	De 129 fr. à 150 fr.	De 99 fr. à 160 fr.
EasyRescue	—	—	110 fr.	—	—	—	De 110 fr. à 130 fr.
Ecole de santé de Suisse romande (ESSR)	—	—	99 fr.	—	—	—	De 119 fr. à 149 fr.
Firstmed SA, école de premiers secours	150 fr.	150 fr.	130 fr.	150 fr.	150 fr.	150 fr.	De 150 fr. à 160 fr.
Healthfirst Sàrl ⁽¹⁾	—	—	190 fr.	—	—	—	—
Les secouristes	De 130 fr. à 150 fr.	120 fr.	De 99 fr. à 110 fr.	De 129 fr. à 149 fr.	De 130 fr. à 160 fr.	De 120 fr. à 150 fr.	De 120 fr. à 150 fr.
SanPool école de santé	— ⁽²⁾	De 99 fr. à 150 fr.	De 70 fr. à 130 fr.	140 fr.	130 fr.	—	De 119 fr. à 150 fr.

⁽¹⁾ Healthfirst Sàrl ne donne des cours qu'en anglais.

⁽²⁾ Uniquement dans la partie germanophone du canton de Berne.

CHAPEAU!**UNE DOUILLE
QUI NE DOUILLE PAS**

Il y a quelques mois, Cecilia Bessler, d'Ecublens (VD), demande à la maison Kisag s'il est possible de remplacer la douille abîmée de son émulsionneur. Comme le modèle de l'appareil n'est plus commercialisé depuis presque vingt ans, notre lectrice n'a pas beaucoup d'espoir. Mais, peu après, l'entreprise envoie la pièce souhaitée, gratuitement.

**DEMANDER,
ÇA NE COÛTE RIEN**

Claude-Alain Faure ne s'attendait pas à devoir payer 250 fr. pour clôturer son hypothèque. Sept ans plus tôt, à l'ouverture du contrat chez Family-net, il avait certes dû payer 125 fr. de frais de dossier. Mais il n'avait aucun souvenir de devoir débourser le double au

terme du contrat. Quand il fait part de son incompréhension à l'entreprise, celle-ci décide de faire un geste, en annulant la facture.

UNE RÉACTION TÉLÉPHONÉE

«Il y a de la friture!» Voilà ce qu'on dit parfois en cas de mauvaise réception téléphonique. A ce compte-là, Jean-Claude Lambiel, de Grimisuat (VS), pourrait s'inquiéter du taux de cholestérol de sa ligne. Dès le mois de mars, de nombreuses conversations sont, en effet, coupées ou difficilement compréhensibles. En juillet, Energies Sion Région trouve finalement l'origine du problème. L'entreprise décide alors, sans réclamation du client, de rembourser le prix de l'abonnement pour tous les mois durant lesquels des problèmes sont survenus. *bu*

DE QUI SE MOQUE-T-ON?**NESTLÉ NE RÉPARE PAS**

Comme toute multinationale qui se respecte, Nestlé communique beaucoup sur son respect de l'environnement. Pourtant, quand on se penche sur certaines de ses pratiques, on vient à se demander si cette verte préoccupation est essentielle à ses yeux. Ainsi, quand Sandra Pochon, de Vesin (FR), prend contact avec la compagnie pour signaler la panne de sa machine *Spécial T*, on lui répond que les articles défectueux sont directement remplacés. Du moins ceux qui sont encore sous garantie. Pour les autres, et c'est le cas de notre lectrice, rien n'est prévu. Aucune réparation, même payante, n'est possible. Seule solution: acheter une nouvelle machine.

Contacté, Nestlé explique que, si le problème technique ne peut pas être réglé au téléphone et que l'appareil est hors garantie, les clients se voient proposer un nouveau modèle à un prix avantageux. Sandra Pochon dit cependant n'avoir reçu aucune offre de ce genre. Sur la question écologique, l'entreprise précise qu'elle proposait, autrefois, la réparation des appareils défectueux. «Le coût induit étant plus élevé que celui d'une machine neuve, cette possibilité n'a connu aucun écho favorable auprès de nos clients, et nous avons donc dû arrêter de la proposer.» *bu*

Publicité

Consultation & Vols gratuits*

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

CLINIQUE DE RÉFÉRENCE DEPUIS 1996



“La meilleure clinique dentaire européenne en 2015”



* sous certaines conditions.



Kreativ Dental Suisse
Web: www.kreativdentalclinic.eu

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



Bus gratuit, train payant... et vice versa

Le rayon de validité de l'abonnement général et des cartes journalières CFF regorge de subtilités qui surprennent même les spécialistes des transports publics. Un lecteur genevois, qui profitait de son séisme pour aller se balader à Pontarlier (F), en a fait l'expérience. A l'heure du retour, il apprend que son train à destination de Travers et de Neuchâtel n'est pas compris dans l'abonnement, au contraire du bus qu'il a pris à l'aller sur le même parcours! Selon l'Union des transports publics, ce cas n'est pas isolé, car deux compagnies différentes exploitent ces lignes (en l'occurrence les CFF et TransN). Or, chacune peut décider si elle inclut, ou non, la portion outre-frontière de la ligne dans le rayon de validité des abonnements. D'ailleurs, la situation inverse est aussi possible: sur le parcours italien Iselle - Domodossola, le train est compris, mais pas le bus... à l'exception des courses exploitées par CarPostal depuis Brigue. *vic*

Rendement zéro, investisseur maso?

Les obligations de la Confédération n'ont jamais boosté les portefeuilles. Mais elles ont toujours su trouver une place, bonne réputation oblige. Dans le contexte actuel des taux négatifs, Berne ne peut pas faire de miracles, si bien qu'un des emprunts 2016, dont l'échéance tombe en 2029, est assorti d'un intérêt de 0%. Mais ce n'est pas tout: les investisseurs ont acheté ces titres jusqu'à 104% de leur prix, ce qui place

le rendement, à l'échéance, à -0,309%! «Si les taux descendent encore, elles prendront de la valeur», explique le responsable de la Trésorerie, Tobias Beljean. Certains investisseurs n'attendent ainsi pas l'échéance, mais revendront le titre au bon moment. Les acheteurs ne se pressent toutefois pas au portillon, même si certaines caisses de pension doivent bien passer par là. *chr*

Nouveaux retraités et assurance accidents

Lorsqu'un salarié arrive à la retraite, c'est à lui de prendre en charge l'intégralité de son assurance accidents. Il doit donc adresser une demande en ce sens à sa caisse maladie. Mais que se passe-t-il s'il oublie d'accomplir cette démarche? «En cas d'accident, le sinistre peut, malgré tout, être annoncé et sera couvert, explique Isabelle Gottraux, de l'Office de médiation de l'assurance maladie. L'assureur établira toutefois un décompte des primes accidents couvrant la période durant laquelle elles n'ont pas été encaissées. Il peut remonter jusqu'aux cinq dernières années.» Le retraité devra donc s'acquitter des arriérés de primes (environ 35 fr. par mois), de la franchise et de la quote-part, ce qui est susceptible de représenter un montant non négligeable. «La question se pose aussi de savoir si, dans un tel cas, des frais administratifs ne seraient pas également dus à l'assureur pour le travail occasionné», note encore Isabelle Gottraux. *seb*

GROUPE E SUIT LE MAUVAIS EXEMPLE

Les pratiques du fournisseur d'électricité Romande Energie, déjà épinglees à deux reprises dans nos colonnes, ont fait des émules: c'est au tour du Groupe E de tenter de forcer ses abonnés à passer du courant basique au courant vert. En 2017, leur contrat basculera automatiquement de



la formule de base à la formule PLUS (courant issu à 100% d'énergies renouvelables). Pour rester au tarif basique, ils doivent obligatoirement signaler leur refus en téléphonant au fournisseur ou en se connectant à leur compte en ligne avant le 30 décembre. Un procédé qui, selon nos juristes, flirte avec la loi sur la concurrence déloyale de par son manque de transparence.

Comme cette hausse déguisée est introduite conjointement à une baisse du prix du kWh (-3% entre 2016 et 2017), la facture des ménages qui passent au courant vert n'augmentera pas l'an prochain, mais baissera de 0.2 ct./kWh. Ceux qui refusent la modification de leur abonnement paieront, eux, 0.6 ct./kWh de moins qu'en 2016. *vic*

COOP RENONCE AUX PFC

Le géant orange a annoncé que ses parapluies et ses vêtements de pluie de marque propre sont désormais exempts de composés per- ou polyfluorés (PFO). Ces produits chimiques, utilisés par les industriels pour rendre leurs articles imperméables, ne sont pas anodins. Selon Greenpeace, «certains PFC peuvent affecter le système reproductif et endocrinien, et faciliter la croissance de tumeurs».

L'association écologiste a démontré, en janvier, que ces composés sont encore massivement utilisés, notamment dans la fabrication d'articles de sport en plein air. Ainsi, pas moins de 36 des 40 pièces analysées, provenant de 11 marques, en contenaient. Greenpeace a d'ailleurs lancé une vaste campagne Detox il y a cinq ans contre les textiles toxiques, à laquelle Coop a adhéré. Sous la pression, certaines grandes marques ont pris des mesures. Adidas, s'est, par exemple, engagé à ce que 99% de ses produits soient sans PFC d'ici à 2017. *seb*

Petits opérateurs plus attractifs!

TÉLÉPHONIE MOBILE Dans nos trois scénarios, les petits opérateurs offrent des tarifs plus attractifs que les trois grands. Et les différences ne se justifient pas forcément par les prestations incluses. *Sébastien Sautebin*

Les Suisses privilégiennent, pour la téléphonie mobile, les trois géants: Swisscom, Sunrise et Salt. Une préférence qui a un prix. Dans nos trois scénarios, les outsiders, comme VTX, Yallo ou UPC, proposent systématiquement des offres moins chères. Avec un écart qui peut aller du simple au double.

❶ TÉLÉPHONIE ILLIMITÉE

Notre premier consommateur est un tchatcheur invétéré. Il souhaite donc conclure un abonnement offrant, au meilleur tarif, la téléphonie illimitée en Suisse. Peu lui importent les SMS ou le surf inclus. L'offre la moins chère, que nous avons dénichée pour lui, est la *Swiss de Yallo*, à 24 fr. par mois,

talonnée par la *Mobile Unlimited* de UPC (25 fr.). Cette dernière a l'avantage de n'imposer aucune durée minimale d'abonnement, alors qu'il faut signer pour douze mois chez Yallo.

En comparaison, les trois grands opérateurs font pâle figure. Il faut carrément débourser le double (50 fr.) chez Sunrise et

même 59 fr. chez Swisscom. Sur une année, l'économie réalisée avec Yallo atteint donc la coquette somme de 420 fr. par rapport à Swisscom et à 312 fr. face à Sunrise. Une situation cocasse, puisque Yallo appartient justement à... Sunrise. L'opérateur se justifie en expliquant qu'il vise différents segments du marché par une «stratégie multi-marque» (Sunrise, Yallo, Lebara, Ortel).

Bien sûr, les offres de notre tableau se distinguent par des disparités plus ou moins marquées dans les prestations. Mais, pour un client qui veut la téléphonie illimitée en Suisse sans se soucier du reste, cela a peu d'importance.

On relèvera tout de même que, parmi les formules les moins chères, les différences se situent essentiellement au niveau de la durée contractuelle et du volume inclus de données en haut débit. Dans ce domaine, la *Mobile Unlimited 500* de UPC est la plus pingre, avec 500 MB seulement en 4G+ haut débit.

A 59 fr. par mois, le *Natel Infinity 2.0 XS* de Swisscom est le choix le plus onéreux du tableau. L'opérateur historique a opté pour une stratégie particulière pour toute sa gamme *Natel Infinity 2.0*: offrir les données illimitées à des prix variant selon les

❶ Téléphonie illimitée

Exigences: le client, âgé de 35 ans, veut un abonnement de téléphonie illimitée en Suisse.

ENTREPRISE	YALLO (RÉSEAU SUNRISE)	UPC (RÉSEAU SALT)	ALDI (RÉSEAU SUNRISE)	VTX (RÉSEAU SALT)	SALT	SUNRISE	SWISSCOM
Produit	Swiss	Mobile Unlimited 500	Smart Flat	Mobile Plus Basic	Basic	Freedom Classic ⁽²⁾	Natel Infinity 2.0 XS ⁽³⁾
Prix mensuel (sans appareil)	24 fr. ⁽¹⁾	25 fr.	28.90 fr	29 fr.	39 fr.	50 fr.	59 fr.
Données incluses en Suisse	1 Go haut débit (jusqu'à 21 Mbit/s) puis 0,02 fr. le Mo	500 MB en 4G+ haut débit, puis débit réduit	1 Go en 4G, puis 0,19 fr. le Mo	3 Go en 4G haut débit, puis fin des données ou paquets supplémentaires payants	3 Go en 4G haut débit, puis fin des données ou paquets supplémentaires payants	1 Go en 4G, puis débit réduit	Illimitées mais débit max. = 1 Mbit/s en download et 0,2 Mbit/s en upload
SMS/MMS inclus en Suisse	SMS illimités	SMS illimités / 1 fr. par MMS	SMS illimités	Illimités	Illimités	Illimités	Illimités
Durée contractuelle minimale	12 mois	Aucune	Crédit valable 30 jours	12 mois	12 mois	Aucune	12 mois
Préavis	60 jours	A la fin du mois	Echoit automatiquement à la fin du mois	60 jours	60 jours	Un mois	Deux mois

Classement selon le prix

⁽¹⁾ 19 fr. les six premiers mois, puis 29 fr. les suivants.

et MMS et 1 Go de données gratuites 30 jours par an.

⁽²⁾ Inclus: WhatsApp Messagings illimités.

30 minutes incluses par mois d'appels vers l'UE/Europe Ouest.

⁽³⁾ Inclus: appels dans l'UE/Europe Ouest, SMS

et MMS et 1 Go de données gratuites 30 jours par an.

débits. Son offre XS inclut aussi des prestations vers et à l'étranger. «En fait, Swisscom a choisi de proposer d'avantage de prestations sur ses produits pour justifier ses prix», estime Xavier Studer, auteur et fondateur du «Blog high-tech et telecom». Il souligne également que, si l'offre du géant bleu inclut les données illimitées, le débit de 1/0,2 Mbit/s pourrait quelque peu «coincer sur tout ce qui est vidéo et musique en streaming». Pour plus de confort, mieux vaut choisir l'offre S (2 Mbit en upload et 10 Mbit en download), à condition d'être d'accord de payer 69 fr. par mois.

❷ TÉLÉPHONIE ET 2 GO DE DONNÉES

Notre deuxième consommateur veut aussi pouvoir appeler gratuitement et sans limites en Suisse. Il souhaite, de surcroît, bénéficier d'un volume de données en haut débit qui soit de 2 Go par mois au moins. Selon ces critères, c'est VTX qui l'emporte avec son *Mobile Plus Basic* à 29 fr. par mois, suivi de très près par la *Swiss Flat* de Coop Mobile à 29.90 fr.

VTX offre 3 Go haut débit, mais il faut signer pour 12 mois. Coop Mobile, en revanche, n'impose pas de durée contractuelle sur son produit englobant 2 Go en haut débit.

Du côté des grands opérateurs, Salt Basic revient à 39 fr., alors que la meilleure offre de Swisscom est à 59 fr. Entre VTX et le géant bleu, la différence annuelle se monte donc à 360 fr.

❸ TÉLÉPHONIE ET DONNÉES ILLIMITÉES

Les trois géants font-ils mieux avec leurs abonnements incluant les appels et les données illimitées en Suisse? En face, le nombre de concurrents se réduit. L'écart de prix aussi. Mais c'est encore VTX qui mène le bal avec son *Mobile Plus Swiss* (49 fr.), devant Salt (59 fr.) et Sunrise (65 fr.).

Swisscom est de nouveau le plus cher avec son *Natel Infinity S* (69 fr.). En effet, notre troisième consommateur étant un ardent fan de surf sur le net, nous avons opté, ici, pour un abonnement *Infinity S* qui offre une meilleure vitesse de données que le XC. Economie réalisée en choisissant VTX plutôt que Swisscom: 240 fr.

Mais au fait, comment VTX parvient-il à proposer un prix aussi attractif? L'opérateur, qui utilise le réseau Salt, propose en fait à ses clients privés les «offres corporate» que Salt réserve aux entreprises et qui sont 10 fr. moins chères. Excellente chose pour le consommateur.

❷ Téléphonie illimité et 2 Go de données

Exigences: le client, âgé de 35 ans, veut un abonnement de téléphonie illimitée en Suisse ainsi qu'un volume de données en haut débit de 2 Go (ou plus).

ENTREPRISE	VTX (RÉSEAU SALT)	COOP MOBILE (RÉSEAU SALT)	UPC (RÉSEAU SALT)	SALT	SWISSCOM
Produit	Mobile Plus Basic	Swiss Flat	Unlimited 2000	Basic	Natel Infinity 2.0 XS
Prix mensuel (sans appareil)	29 fr.	29.90 fr.	35 fr. par mois	39 fr.	59 fr. ⁽¹⁾
Données incluses en Suisse	3 Go en 4G haut débit, puis fin des données ou paquets supplémentaires payants.	2 Go en 4G, puis vitesse réduite	2 Go en 4G+ haut débit (jusqu'à 300 Mbit/s) puis vitesse réduite	3 Go en 4G haut débit, puis fin des données ou paquets supplémentaires payants	Illimité mais débit max. de 1 Mbit/s en download et 0,2 en upload
SMS/MMS inclus en Suisse	Illimités	Illimités	SMS illimités/1 fr. le MMS	Illimités	Illimités ⁽²⁾
Durée contractuelle minimale	12 mois	Sans durée contractuelle	Pas de durée contractuelle minimale	12 mois	12 mois
Préavis	30 jours	60 jours	A la fin du mois	60 jours	Deux mois

Classement selon le prix

⁽¹⁾ Pour une vitesse supérieure max. de 10/2 Mbit/s, l'offre S est à 69 fr. par mois. de données gratuites 30 jours par an. Incluses aussi, 30 minutes par mois d'appels vers l'UE/Europe Ouest.

⁽²⁾ Inclus: appels dans l'UE/Europe Ouest, SMS et MMS et 1 Go

❸ Téléphonie et données illimitées

Exigences: le client, âgé de 35 ans, veut un abonnement de téléphonie et de données illimités en Suisse.

ENTREPRISE	VTX (RÉSEAU SALT)	SALT	SUNRISE	SWISSCOM
Produit	Mobile Plus Swiss	Swiss	Freedom Relax	Natel Infinity 2.0 S
Prix mensuel (sans appareil)	49 fr. par mois	59 fr.	65 fr.	69 fr.
Données incluses en Suisse	Illimitées en 4G haut débit	Illimitées en 4G haut débit	Illimitées en 4G+	Illimitées mais débit max. 10 Mbit/s en download et 2 Mbit/s en upload
SMS/MMS inclus en Suisse	Illimités	Illimités	Illimités	Illimités
Durée contractuelle minimale	12 mois	12 mois	Aucune	12 mois
Préavis	60 jours	60 jours	Un mois	Deux mois
Spécificités incluses	Inclus: 60 minutes d'appel vers l'UE et 200 Mo par mois de roaming dans l'UE	Inclus: 60 minutes d'appel vers l'UE et 200 Mo par mois de roaming dans l'UE	WhatsApp Messagings illimité	Appels dans l'UE/Europe Ouest, SMS et MMS et 2 Go de données gratuites 45 jours par an. 60 minutes incluses par mois d'appels vers l'UE/Europe Ouest.

Classement selon le prix, puis par ordre alphabétique

Simplement relevé.

Le magazine de consommateurs Saldo a testé 14 sauces à salade prêtes à la consommation. La dégustation à l'aveugle a prouvé une fois de plus que la bonne qualité ne doit pas coûter cher. La sauce à salade «French Dressing Le Gusto» d'ALDI SUISSE a obtenu la mention «bon» et est ainsi vainqueur du test.



saldo
Vainqueur

Test saldo n° 9/2016

Sorte testée: Le Gusto, French dressing
Source: Saldo, n° 09/2016, 11 mai 2016

Simple comme ALDI.





José Crespo

Un congélateur pris dans la glace

LITIGE David Berreby lutte depuis plus de six mois pour faire valoir la garantie sur un appareil défectueux. Il a fini par venir à bout de la mauvaise volonté de GastroHeld.

Bastien Lance

C'est en septembre 2015 que David Berreby a fait l'acquisition d'un congélateur pour son restaurant. Acheté auprès de GastroHeld, entreprise de vente destinée aux professionnels, l'appareil a fonctionné un peu plus de sept mois avant de faire des siennes: «Il s'est curieusement mis à produire de la glace», explique notre lecteur. Qui s'adresse alors à GastroHeld pour faire valoir la garantie.

GASTROHELD PEU AVANTAGEUX

Pour l'entreprise, l'accumulation de glace n'est pas un «cas évident de garantie». Seule recommandation: éteindre l'appareil, puis le laisser décongeler avant de le rallumer. Comme rien n'y fait, le Service clients de GastroHeld propose finalement à David Berreby de s'adresser à un technicien partenaire pour analyser la panne. Verdict: l'appareil a été livré sans résistance à l'écoulement qui est censée empêcher l'apparition de glace.

Comme le problème est identifié, notre lecteur s'attend à ce qu'il soit réglé rapidement. C'est compter sans la qualité d'esquive de GastroHeld. Au lieu de s'adresser au technicien pour avoir les détails de la défaillance, elle demande à notre restaurateur de lui indiquer sur un schéma la pièce man-

quante. Bien emprunté, David Berreby rappelle qu'il n'est pas réparateur! Qu'à cela ne tienne, GastroHeld continue de jouer la montre en lui demandant de se débrouiller auprès du technicien pour obtenir l'information.

Patient jusque-là, notre lecteur s'exécute et enjoint la société de s'activer. C'est alors que GastroHeld se permet de remettre en doute la bonne foi du Genevois en prétendant qu'il est impossible qu'une pièce fasse défaut, étant donné que l'armoire frigorifique a fonctionné plusieurs mois. Mais sous la pression d'une mise en demeure, l'entreprise finit par revenir à de meilleurs sentiments. Le 1^{er} juillet dernier, elle s'engage alors à envoyer à son client la pièce manquante et à prendre les frais de réparation en charge.

UNE PIÈCE QUI AURA PRIS SON TEMPS

Comme David Berreby n'avait toujours rien reçu à la fin du mois d'août, il a mis ses menaces à exécution en adressant une mise en demeure à GastroHeld par courrier recommandé. Et étrange coïncidence, c'est lorsque *Bon à Savoir* a mis son nez dans le dossier que la société a, finalement, envoyé la pièce à notre lecteur, tout en précisant qu'elle rembourserait les frais liés à son montage.



OÙ ENCAISSER SES TRAVELLERS CHEQUES?

Les Travellers Cheques ne sont plus émis depuis plusieurs années déjà. S'il vous en reste, il est donc plus prudent d'aller les encaisser au guichet d'une banque. Mais, comme le montre une enquête de nos confrères de *K-Geld*, tous les établissements ne réagissent pas de la même manière. PostFinance ne les prend simplement plus. Raiffeisen et Banque Coop ne les acceptent que de la part de leurs propres clients. Tout le monde peut, en revanche, les changer chez Credit Suisse, Banque Migros et UBS.

Pour couronner le tout, certaines restrictions sont parfois imposées sur les devises. Banque Coop ne prend, par exemple, pas les chèques établis en dollars américains. Raiffeisen n'accepte que ceux qui ont une valeur en francs, en euros ou en dollars américains. Chez UBS, le rachat en espèces n'est possible que pour les francs suisses. En général, la démarche ne coûte rien, mais certains établissements, comme Raiffeisen, demandent 5 fr. par chèque. *bu*



Des bactéries dans les yogourts

Un lecteur s'est mis en quête d'un yogourt nature «avec ferments lactiques», dans le commerce. C'est la déconfiture: impossible de trouver une seule mention de ferments lactiques sur les emballages. Que faire? En vérité, tous les yogourts sont faits avec des bactéries qui font fermenter le lait: les *Lactobacillus bulgaricus* et les *Streptococcus thermophilus*. Si le produit contient d'autres bactéries en plus des deux précitées (comme le yogourt bifidus), «cela doit être indiqué», précise Swissmilk. *bl*

SOUS VIDE ET À LA VAPEUR

Après avoir été le privilège des professionnels, la cuisson lente à basse température s'impose tranquillement dans la cuisine des particuliers. De nouveaux fours poussent aujourd'hui le raffinement jusqu'à pouvoir mettre sous vide les aliments déjà épices, puis de les cuire à la vapeur, tout en répondant aux

critères plus classiques comme la chaleur alternée, l'air chaud ou le gril. Les produits de Miele et d'Electrolux sont déjà sur le marché, d'autres vont suivre. Mais tout cela a évidemment un prix: le modèle combiné Profi Steam d'Electrolux est proposé dès 2200 fr. sur le comparateur de prix [toppreise.ch.cc](#)

Uber beaucoup moins cher,



MOBILITÉ Nos courses à Lausanne et à Genève montrent que Uber est bien meilleur marché, mais moins rapide, qu'un taxi traditionnel. Les groupements professionnels crient à la concurrence déloyale. Sébastien Sautebin

Casquette vissée sur la tête, Carlos*, la trentaine, me demande de m'asseoir à l'avant. Il ne veut pas attirer l'attention. Dans l'agglomération lausannoise, assurer des courses comme chauffeur UberPOP peut valoir une amende salée. La journée, le jeune Portugais est chauffeur livreur. Ce vendredi matin, il a commencé à 6 heures. Puis, il a repris le volant le soir, pour Uber, de 21 heures à minuit. Pour ce forçat des temps modernes, c'est un moyen de mettre un peu de beurre dans les épinards, même si les revenus à escompter sont faibles. Uber ne prévient-il pas sur son site

que cette activité accessoire «permet d'amortir les frais de fonctionnement de son véhicule»?

De notre côté, nous avons commandé ce trajet entre Renens et Lausanne pour comparer le prix avec celui d'un taxi «traditionnel» (*lire encadré «Notre enquête»*). Uber, en effet, défraie la chronique depuis deux ans en Suisse romande. Actif à Lausanne et à Genève en Suisse romande, le réseau, bête noire des taxis, compterait 50 000 usagers réguliers et plus de 1000 chauffeurs, selon son service de presse. Et, à l'en croire, «les tarifs pratiqués sont d'environ 40% inférieurs à ceux des taxis». Vrai-

ment? C'est ce que nous avons voulu savoir avec notre partenaire *On en Parle* (RTS-La Première).

43,6% PLUS AVANTAGEUX

Les résultats de notre première course sont frappants. Nous avons payé 17.23 fr. avec UberPOP, 17.88 fr. avec UberX et 32.20 fr. avec Taxi Services. C'est quasiment le double!

Il ne s'agit pas d'une exception: sur l'ensemble de nos relevés genevois et lausannois, Uber a été systématiquement moins cher, avec des prix inférieurs de 33% à 52% (*voir tableau!*) L'économie moyenne a ainsi atteint 43,6%. Les détracteurs du réseau rétorquent que ce dernier pratique des tarifs flexibles, majorés selon l'offre et la demande. Une situation qui donnerait même, dans certains cas, l'avantage aux taxis. Nous n'avons pas pu vérifier cette affirmation lors de nos relevés, puisque nous n'avons subi aucune majoration. Mais d'autres trajets, effectués hors comparatif à Lausanne, montrent bel et bien des hausses élevées à des heures tardives, signalées par l'application avant commande. Un samedi matin à 3 heures 20, elle a, par exemple, été de «x 1,4», portant le prix normal de 6.80 fr. à 9.52 fr. Un dimanche matin à

3 heures 30, le montant a été augmenté de «x 1,8», soit 14.60 fr. au lieu de 8.11 fr. Relevons toutefois que le tarif de Taxi Services est aussi, en partie, augmenté la nuit et le dimanche matin (x1,26).

Si Uber l'emporte clairement, le temps nécessaire pour accomplir le trajet tourne à l'avantage des taxis. Ces derniers sont plus rapides, cinq fois sur six. Certains chauffeurs Uber connaissent mal la ville. Ils ne choisissent pas forcément le chemin le plus court, ratent une bifurcation, demandent la route au passager, etc.

Côté attente, on notera encore que les temps annoncés par les applications, sont, en général relativement bien respectés. Les écarts importants constatés à Genève seraient dus à un embouteillage, selon les chauffeurs.

LE DÉSARROI DES TAXIS

Pour le portemonnaie des usagers, Uber est donc une bénédiction. Pour celui des taxis, une malédiction. Patrick Favre, ex-président de l'association faîtière Taxisuisse, et désormais cofondateur du groupement professionnel Swiss-taxis, estime que, «aujourd'hui, on ne se bat pas à armes égales, et le monde du taxi crève la dalle». Dans sa ligne de mire, les chauffeurs UberPOP qui ne disposent pas, la plupart du temps, d'un permis professionnel de transport de personnes et n'ont pas de tachygraphe dans leur véhicule. Deux conditions auxquelles les chauffeurs de taxis sont, eux, soumis par les lois fédérales. Ces dernières les contraignent également à présenter leur véhicule à une expertise annuelle et à l'assurer adéquatement. Sans oublier certains examens régionaux portant notamment sur les connaissances topographiques. Autant de contraintes qui ont leur coût, et que les chauffeurs POP ne respectent pas. Pour Patrick Favre, il s'agit de concurrence déloyale. Et UberX? Si les chauffeurs possèdent réellement un permis professionnel et un tachygraphe, Patrick Favre n'est pas opposé à leur présence. Mais il déplore qu'Uber ne paie pas de charges sociales. La société affirme

Eclairage

Les prix élevés des taxis

De nombreux consommateurs estiment que les prix des taxis sont trop élevés en Suisse. Selon Patrick Favre, le principal problème du secteur réside dans le fait qu'il y a trop de véhicules par rapport à la demande. Le taux d'occupation est donc faible, environ 40%. Cela engendre un piètre chiffre d'affaires de 30 fr. à 35 fr. l'heure, desquels il faut déduire le carburant, les frais de véhicule, les charges sociales et la TVA. «En conséquence, les prix sont chers et, malgré cela, les chauffeurs ne gagnent pas leur vie.» L'ex-président de Taxisuisse estime qu'il faudrait parvenir à augmenter le taux d'occupation à plus de 60% pour faire baisser les prix, tout en améliorant la qualité. Selon lui, la mauvaise qualité du service, reproche récurrent, est en partie due au fait que les chauffeurs sont peu motivés par leurs bas revenus.

mais un peu plus lent

en effet ne pas être employeur, mais se considère comme une simple plateforme relais entre un client et un chauffeur indépendant. Patrick Favre soupçonne aussi certains conducteurs de ne pas déclarer leurs revenus. Et notre interlocuteur d'estimer que «quand on prend un Uber, on doit savoir qu'on se fait complice de quelqu'un qui fraude aux charges sociales».

ET LA SÉCURITÉ?

Les candidats Uber doivent fournir un extrait de casier vierge. Pour UberX, il faut aussi posséder les autorisations pour le transport professionnel de personnes, alors que, pour POP, un permis de conduire suffit.

Côté couverture, le service de presse de la société américaine nous écrit que le conducteur UberX «doit être sûr d'avoir l'assurance adaptée au transport professionnel de personnes». En revanche, pour POP, «il ne s'agit pas d'une activité professionnelle, les conducteurs individuels doivent donc bénéficier d'une RC classique». Jacques

Roulet, avocat et défenseur des taxis à Genève, n'est pas de cet avis. Il affirme qu'une RC spécifique est nécessaire dès qu'on fait payer les gens pour les transporter. Le Genevois doute d'ailleurs que tous les chauffeurs Uber, POP ou X, jugent nécessaire de souscrire une telle assurance, plus chère qu'une police standard. Et cela pourrait

nuire aux usagers. Selon lui, en cas d'accident causé par le conducteur, «le risque est important que l'assureur du véhicule considère que le passager blessé ait commis une faute concomitante en acceptant d'être transporté dans un véhicule insuffisamment couvert. Dans cette hypothèse, l'assureur viendrait réduire ses prestations à

l'égard du lésé.» Uber rétorque que «ces hypothèses fallacieuses ont été démenties à plusieurs reprises, notamment par une grande assurance suisse». A l'heure actuelle, il n'existe toutefois pas de jurisprudence claire à ce sujet.

 **BONUS WEB** Les prix dans les chefs-lieux romands sur bonasavoir.ch

En détail

Notre enquête

Nous avons comparé les tarifs Uber dans les deux grandes agglomérations romandes où la start-up américaine est active: Lausanne et Genève. Dans la capitale vaudoise, les services proposés sont ceux d'UberPOP, soit des chauffeurs avec un simple permis de conduire, et d'UberX, dont les conducteurs doivent, eux, posséder les autorisations pour le transport professionnel de personnes.

A Lausanne, 95% des courses se font en UberPOP, selon le porte-parole de la start-up. A Genève, pour des questions de législation, il n'y a pas d'offre UberPOP, mais UberX et Uber-

Black. Nous avons exclu cette dernière catégorie, parce qu'il s'agit de voitures de luxe. A chaque fois, un trajet d'environ 7 km a été effectué à une période creuse, une heure de pointe en semaine et en soirée le week-end. Nos enquêteurs ont commandé au même moment, depuis le même endroit et pour la même destination, un taxi classique, un UberX et un UberPOP (à Lausanne). La commande taxi s'est faite via deux applications pour smartphone: Taxi Services à Lausanne et Taxiphone à Genève. Nous avons relevé le coût, la durée d'attente annoncée et réelle, celle du trajet et le prix annoncé.

Uber: de 33% à 52% moins cher que le taxi

COURSE	MOYEN	ATTENTE ANNONCÉE EN MINUTES	ATTENTE RÉELLE EN MINUTES	PRIX ESTIMATIF ANNONCÉ ⁽¹⁾	DURÉE DU TRAJET EN MINUTES	DURÉE TOTALE EN MINUTES ⁽²⁾	PRIX PAYÉ	ÉCONOMIE ⁽³⁾
Renens-Lausanne, vendredi à 22h	UberPOP	4	4	14 fr. à 19 fr.	16	20	17.23 fr.	46%
	UberX	11	11	16 fr. à 21 fr.	15	26	17.88 fr.	44%
	Taxi Services	2	6	38.38 fr.	13	19	32.20 fr.	
Renens-Lausanne, lundi à 14h30	UberPOP	3	5	15 fr. à 20 fr.	19	24	17.64 fr.	39%
	UberX	19	20	18 fr. à 24 fr.	17	37	19.51 fr.	33%
	Taxi Services	4	5	30 fr.	16	21	29.00 fr.	
Lausanne-Renens, mardi à 17h	UberPOP	2	1	14 fr. à 19 fr.	23	24	17.58 fr.	52%
	UberX	3	2	17 fr. à 22 fr.	19	21	20.39 fr.	44%
	Taxi Services	2	2	33.50 fr.	26	28	36.60 fr.	
Vernier-Genève, vendredi à 22h	UberX	5	6	15 fr. à 20 fr.	19	25	19.45 fr.	40%
	Taxiphone	6	8	30.90 fr.	13	21	32.30 fr.	
Vernier-Genève, lundi à 14h30	UberX	5	5	15 fr. à 21 fr.	25	30	15.52 fr.	45%
	Taxiphone	7	8	30.90 fr.	13	21	28.00 fr.	
Genève-Vernier, mardi à 17h	UberX	5	25	15 fr. à 22 fr.	23	48	19.54 fr.	49%
	Taxiphone	3	11	29.56 fr.	30	41	38.00 fr.	

⁽¹⁾ Chez Uber, le prix est donné sous forme de fourchette.

⁽²⁾ Attente et parcours.

⁽³⁾ Ce moyen de transport a été X% moins cher que le taxi.

«Bon à Savoir» au Salon suisse de la santé

Comme vous le découvrirez dans le dossier détachable ci-contre, le «sucre» est à l'honneur dans cette édition. Il le sera également sur le stand que *Bon à Savoir* tiendra lors de la deuxième édition du Salon de la santé, qui ouvrira ses portes du 24 au 27 novembre au SwissTech Convention Center (EPFL). Vous pourrez tester, de manière ludique, vos connaissances sur le sujet et tenter votre chance à notre jeu-concours pour gagner l'un des deux séjours au Salina Maris Wellnesshotel et des entrées aux Bains d'Ovronnaz.

MINIGUIDE REMIS SUR PLACE

Spécialement édité pour l'occasion et remis exclusivement sur notre stand, notre mini-guide sur le sucre ajouté, réalisé en étroite collaboration avec notre diététicienne, vous donnera quelques repères essentiels à garder en mémoire pour une alimentation saine. Notre équipe vous réserve également des offres spéciales sur nos abonnements et nos guides pratiques. Autant de raisons de passer nous voir! Le rendez-vous est donc pris et nous nous réjouissons de vous rencontrer nombreux.

Des entrées pour le salon à gagner sur notre page Facebook très prochainement.



Publicité

planète santé LIVE

TESTEZ TOUTES LES FACETTES DE VOTRE SANTÉ

EXPÉRIENCES INTERACTIVES ET INSOLITES

PLUS DE 100 CONFÉRENCES ET DÉBATS

ANIMATIONS ENFANTS

LE SALON SUISSE DE LA SANTÉ 2^e ÉDITION

24 - 27 NOVEMBRE 2016

SWISSTECH CONVENTION CENTER (EPFL)

PLANETESANTE.CH/SALON
UN ÉVÉNEMENT GRAND PUBLIC

AVEC LE SOUTIEN DE :



ASSM Académie Suisse des Sciences Médicales

RTS Radio Télévision Suisse

EPFL ÉCOLE POLYTECHNIQUE FÉDÉRALE DE LAUSANNE

SBB CFF FFS Offre RailAway

FONDATION LEENAARDS

FMH

PARTENAIRES MÉDIA:

Le Matin Dimanche

la 1ère RTS

PARMI LES EXPOSANTS (ENTRE AUTRES) :

Unil UNIL | Université de Lausanne

FONDATION POUR LA RECHERCHE SUR LE DIABÈTÉ

LIGUE PULMONAIRE

Hôpital ophtalmique Jules-Gorin Service universitaire d'ophtalmologie Fondation Asile des aveugles

G. H. O. L. GROUPEMENT HOSPITALIER DE L'OUEST LÉMANIQUE S.A. HÔPITAL DE ROLLE

LIGUES DE LA SANTÉ www.liguesdelasante.ch

Eidgenössische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confédération svizzera Département fédéral de l'intérieur DFI Office fédéral de la santé publique OFSP

Clinique romande de réadaptation MEDICOL HIRSLANDEN CLINIQUE BOIS-CERF CENTRE ORTHOPÉDIQUE LAUSANNE

URGENCES SANITAIRES 144 CTMG EMUR

imad INSTITUT MEDICAL DÉPARTEMENTAL À DOMICILE

ligue contre le cancer genevoise fibrogeuse jurassienne neuchâteloise valaisanne vaudoise

MÉDECINS SANS FRONTIÈRES ARZTE OHNE GRENZEN

MonDossier Medical.ch Connecté à ma santé

Policlinique Médicale Universitaire CH-Lausanne

C-P-M-A

HUG Hôpitaux Universitaires Genève swiss transplant UNIVERSITÉ DE GENEVE

Du sucre partout, partout...

DOSSIER L'exercice est certes simpliste, mais efficace: en convertissant en morceaux de 4 grammes les sucres ajoutés dans un aliment, on comprend mieux comment ils peuvent devenir un danger pour la santé. *Christian Chevrolet*

Il y a sucre et sucres. Remarquez bien: le premier est au singulier, les deuxièmes sont au pluriel.

► **Au singulier**, on désigne le saccharose, soit le sucre blanc traditionnel, issu de la betterave ou de la canne.

► **Le pluriel**, lui, englobe tous les sucres «simples», comme le glucose, le fructose, le lactose et le saccharose, ainsi que tous leurs dérivés (*lire encadré*), sans distinguer ceux qui sont présents naturellement de ceux qui sont ajoutés au produit.

Mais, pour compliquer encore la donne, les sucres «simples» s'opposent aux sucres «complexes» (comme l'amidon), qui n'ont pas de goût sucré et composent les glucides...

Et, pour couronner le tout, il y a encore les édulcorants – de synthèse ou naturels – censés remplacer les sucres, mais qui provoquent quelques dégâts collatéraux de mieux en mieux documentés (*lire page 33*).

Bref, le quidam va avoir bien du mal à s'y retrouver, notamment en cherchant les informations pertinentes sur les emballages des produits industriels (*lire pages 32 et 33*!).

120 GRAMMES PAR JOUR, C'EST BEAUCOUP TROP!

Et c'est bien dommage, car il pourrait ainsi mesurer l'importance insoupçonnée que le sucre ajouté a pris dans la composition des aliments transformés, parfois franchement incongrus (saucisses, lard, saumon, thon...). La petite sélection ci-dessous le démontre. Or, un morceau de sucre pèse déjà 4 g.

Voilà pourquoi le Suisse moyen en avale – souvent à son insu – près de 120 g par jour, alors qu'il faudrait se limiter à 50 g., voire à 25 g selon les nouvelles recommandations de l'OMS. Au risque de se retrouver avec des problèmes de poids, mais aussi dentaire (caries) et cardiovasculaires (augmentation de la pression artérielle), sans parler du diabète*.

On se gardera, toutefois, de tomber dans l'excès en cherchant à supprimer le moindre sucre de son alimentation, comme certains faiseurs de régime – Montignac notamment – le préconisent. Car, faut-il le rappeler, il constitue un élément indispensable au bon fonctionnement de notre organisme (*lire page 34*).

Donc oui, on peut manger du sucre, mais raisonnablement...

*Lire «Le diabète n'est pas réservé aux becs à bonbons», B&S 10/2016.

Lire l'éditorial page 4.



Décryptage

Mention dans la liste des ingrédients

Les sucres ajoutés se déclinent sous de multiples variantes, et donc de noms, sur les emballages des produits qui les contiennent. Notamment (dans l'ordre alphabétique): dextrose, fructose, glucose, lactose, maltodextrine, maltose, saccharose, sirop de glucose, sirop de glucose-fructose, sirop de sucre, sucre de canne, sucre inverti... Et la liste est loin d'être exhaustive!

Les édulcorants (*lire page 33*) doivent aussi être nommés: acésulfame K, aspartame, cyclamate, érythritol, glycosides de stéviol (stévia), isomalt, maltitol, mannitol, saccharine, sorbitol, sucralose, thaumatin, xylitol...

Un produit étiqueté «**sans sucres**» peut en contenir jusqu'à 0,5 g. par 100 g. La mention «**faible teneur en sucres**» interdit de dépasser 5 g (toujours pour 100 g) dans les produits solides, 2,5 g dans les produits liquides. Enfin, une allégation «**valeur énergétique réduite**» n'est possible que si elle est diminuée d'au moins 30%, en indiquant les caractéristiques entraînant cette réduction.



Dont sucre... Dont acte!

ÉTIQUETTES Pas facile, voire impossible, de savoir si le sucre contenu dans un produit est naturel ou a été ajouté en lisant la liste des ingrédients.

Christian Chevrolet

L'industrie alimentaire ne veut pas en entendre parler et les politiques ne semblent guère s'en préoccuper. Il suffirait pourtant d'exiger que l'emballage de chaque aliment transformé mentionne la part de sucres dans le poids des glucides, mais aussi celle des sucres ajoutés (*lire page précédente*) pour clarifier les choses. A défaut, le consommateur est prié de se débrouiller comme il peut, et il ne peut souhaiter rien du tout...

Prenons l'exemple des biscuits Petit Beurre de Coop. Le fabricant annonce 77 g de glucides dont 25 g de sucre (au singulier), pour 1,5 g de fibres seulement (*voir photo 1*). Ce qui revient à dire que 100 g de biscuits contiennent 52 g d'amidon et 25 g de sucres, sans savoir précisément lesquels, ni s'ils sont «naturels» (comme le lactose du lait en poudre et du beurre fondu utilisés dans la recette) ou ajoutés.

YOGOURT

Autre exemple avec les yogourts. Normalement, un produit «nature» ne contient pas de sucres ajoutés. On peut donc en déduire que les 5 g annoncés sur le pot du M-Classic vendu à Migros (*voir photo 2*) correspondent au lactose naturel.

Du coup, on peut supposer que, si la version Moka affiche 14 g de sucres (*photo 3*), le fabricant en a ajouté approximativement $14 - 5 = 9$ g, puisque le café ne renferme pas de sucre naturel.

Mais ce raisonnement est impossible à appliquer au yogourt à la fraise, qui affiche pourtant le



Glucides: 8,8 g
→ dont sucres: 8,8 g



Glucides: 11 g
→ dont sucres: 11 g



Glucides: 5 g
→ dont sucres: 5 g



Glucides: 15 g
→ dont sucres: 14 g



Glucides: 14 g
→ dont sucres: 14 g



Glucides: 89 g
→ dont sucres: 62 g



Glucides: 77 g
→ dont sucres: 25 g

même taux. Quelle part, en effet, provient du sucre que contient ce fruit par rapport à celui qui a été ajouté (*photo 4*)? Impossible de savoir, sauf si l'on connaît la quantité exacte de fraises, mais aussi de concentré de jus de carottes (si, si...) ajouté au produit, ainsi que leurs teneurs respectives en sucres naturels.

JUS DE FRUITS ET NECTARS

On rencontre la même difficulté avec les nectars et les sodas. Pas de problème avec un jus de fruits, car cette appellation interdit l'ajout de sucres. Donc, quand l'étiquette du jus Granini affiche «8,8 g de glucides dont 8,8 g de sucres» (*voir photo 5*), on sait qu'il s'agit du fructose qui est naturel-

lement présent dans les oranges pressées.

Une déduction impossible à faire avec un nectar multifruit. Sur l'emballage de Michel, par exemple, on peut lire que la boisson renferme au moins 50% de fruits et 11 g de glucides, dont 11 g de sucre (*photo 6*). Mais les parts de fructose présentes naturellement dans

les fruits (orange, pêche, fruits de la passion) et celle de sucres ajoutés ne sont pas précisées.

«Or, il existe une différence primordiale, explique Doris Favre, diététicienne diplômée: le fructose naturel est forcément associé à d'autres nutriments essentiels contenus dans le fruit, comme les vitamines, les minéraux, les antioxydants, etc. Alors que le fructose pur ajouté par l'industrie ou le sirop de glucose-fructose fabriqué à partir de l'amidon du maïs, n'ont rien de tout ça.»

MOINS DE CALORIES

Sur le plan calorique, en revanche, la substitution semble parfois intéressante. Car le fructose a un pouvoir sucrant entre 20% et 40% supérieur au saccharose. On peut donc en mettre moins pour obtenir le même goût, et, du coup, diminuer le nombre de calories. C'est pour cette raison qu'on a longtemps vanté ses mérites mais, aujourd'hui, sa surconsommation pose des problèmes de santé considérables, comme l'expliquait notre article «*Diable de fructose*» en juillet dernier. La substitution semble encore plus vraie avec des édulcorants comme l'aspartame ou l'acésulfame qui sont 200 fois plus puissants que le sucre blanc pour un apport calorique très inférieur. Coca-Cola l'a bien compris, lui qui les a troqués contre le sucre dans son Coca Zéro, faisant passer la canette de 33 cl de 139 à 0,6 kcal! Reste que, pour certains, on échange la peste contre le choléra, l'usage de ces succédanés étant très décriés (*lire encadré*).

PLUS PERVERS

Plus pervers encore, la loi permet parfois de jouer sur les mots et de cacher la vraie teneur en sucre d'un produit. Exemple avec les bonbons Prima Mocca de Migros (*photo ⑦*). Sur l'emballage, on peut lire 89 g, dont 62 g de sucres. Mais où est donc passé le solde (27 g), puisqu'il n'y a aucun ingrédient pouvant en contenir naturellement? Ce petit tour de passe-passe vient du fait que les bonbons sont essentiellement constitués d'un sirop de glucose composé d'une grande part d'oligosaccharides. Oligosaccharides que l'ordonnance fédérale ne considère pas comme des sucres, alors que certains apportent tout autant de calories! C'est le cas de ces bonbons, puisque le produit affiche une valeur énergétique de 382 kcal qui, divisée par 4 (nombre de calories par gramme du sucre) donne 95, soit à peu près le poids des glucides...



Eclairage

Des édulcorants très décriés

Les substituts du sucre peuvent être divisés en deux catégories.

→ **Les polyols** (sorbitol, maltitol, mannitol, xylitol, isomalt, etc.) sont produits en laboratoire, mais proviennent de différents sucres d'origine végétale. Ils ont une teneur calorique à peu près identique au saccharose (4 kcal pour 1 g), mais, comme ils ont souvent un pouvoir sucrant supérieur, il en faut moins pour obtenir le même effet.

→ **Les édulcorants de synthèse** (aspartame, sucralose, acésulfame, saccharine, clyamate, etc.) sont, eux, issus de la transformation, en laboratoire, de différents composés chimiques. Un cas à part, car d'origine naturelle: la stévia*. Mais ce sont tous des aliments «vides»: ils ne contiennent ni nutriment ni calorie et ont un pouvoir sucrant 30 à 600 fois supérieur à celui du saccharose.

On devine leur potentiel – que l'industrie exploite à fond –, mais ces substituts sont de plus en plus décriés. Notamment parce que leur

principal atout, la lutte contre la prise de poids, n'a jamais pu être prouvé sur le long terme. On l'explique, notamment, par le comportement de compensation: du moment où il y a moins de sucre, on consomme davantage de produits ou on se rattrape sur autre chose... Mais aussi – hypothèse de plus en plus documentée – parce que l'édulcorant envoie au cerveau le message du sucre, mais ne lui en apporte pas l'énergie (*lire page 34*). Dès lors, ce dernier refuserait de délivrer le signal de la satiété et le corps continuerait de réclamer son apport calorique.

D'autres risques sont régulièrement suggérés (effet cancérogène, accouchement prématuré, problèmes neurologiques) sans preuve scientifique établie. Voilà pourquoi les autorités sanitaires les autorisent, en recommandant de ne pas dépasser des «doses journalières acceptables» (DJA) très permissives.

Plus d'infos avec notre application «Codes E», bonasavoir.ch → Outils et calculateurs

** Lire «*La stévia joue les trouble-fêtes*», B&S 2/2015.

Nous avons besoin d'énergie

BIOLOGIE Les glucides sont indispensables à l'organisme. Mais certains plus que d'autres et en quantité raisonnable. Voilà pourquoi et comment. *Christian Chevrolet*

En fait, pourquoi mange-t-on? Pour survivre, tout simplement! Pour que notre cœur batte, pour que nos muscles travaillent, pour que notre cerveau carbure, mais aussi pour que nos poumons, nos reins, notre foie ou nos glandes fonctionnent. Sans le «carburant» fourni par les aliments que nous consommons, ils sont incapables de mener leur travail à bien.

Or, parmi les nutriments indispensables, les glucides ont une place de choix, puisqu'ils doivent – idéalement – fournir entre 45 et 55% de l'énergie, issues de sucres «complexes» (contenus dans les céréales, pommes de terre et légumineuses) ou de sucres «simples» (contenus dans les fruits et légumes), mais au maximum 10% de sucres ajoutés (saccharose, miel, fructose...).

SUCRE = ÉNERGIE OU... GRAISSE
Rappel: comme tout ce que nous mangeons ou buvons, les aliments contenant du sucre subissent une première transformation dans l'estomac, avant d'être éjectés sous forme de bouillie dans les intestins. Les nutriments (glucides, lipides, protéines, vita-

mines, minéraux...) vont alors partiellement traverser la paroi intestinale et se diriger là où le corps en a besoin.

A ce stade, les glucides filent dans le sang. On parle, dès lors, de glucose, brûlé pour 60% à 70% dans un délai de trois à six heures, notamment par le cerveau. Mais la concentration dans le sang est telle qu'elle alerte le pancréas, qui secrète alors de l'insuline pour gérer la répartition du solde (entre 30% et 40%) dans l'organisme.

→ Une partie va se transformer en glycogène et se loger dans le foie surtout, mais aussi dans les muscles, à disposition lorsqu'il faut couvrir un besoin énergétique (un exercice physique) ou quand le glucose apporté par les aliments est insuffisant (lors d'un jeûne, par exemple).

→ Le surplus va se transformer en glycérol et se loger dans les adipocytes, ces milliards de cellules qui forment le tissu adipeux (la graisse). Car, entre les repas, les réserves de glucides dans le sang sont extrêmement faibles, entre 0,8 g et 1 g par litre. S'il y a un déficit d'énergie, l'organisme va donc puiser dans les réserves

les plus accessibles, le foie et les muscles, qui ne contiennent cependant que 400 g de glycogène, soit l'équivalent de 1600 kcal, le minimum dont le corps a besoin pour une journée au repos. Si les besoins en énergie sont supérieurs, il va se servir dans les cellules de graisse et retransformer une partie de leur contenu – le glycérol – en glucose. Du coup, on comprend mieux l'utilité de bouger pour maîtriser son poids!

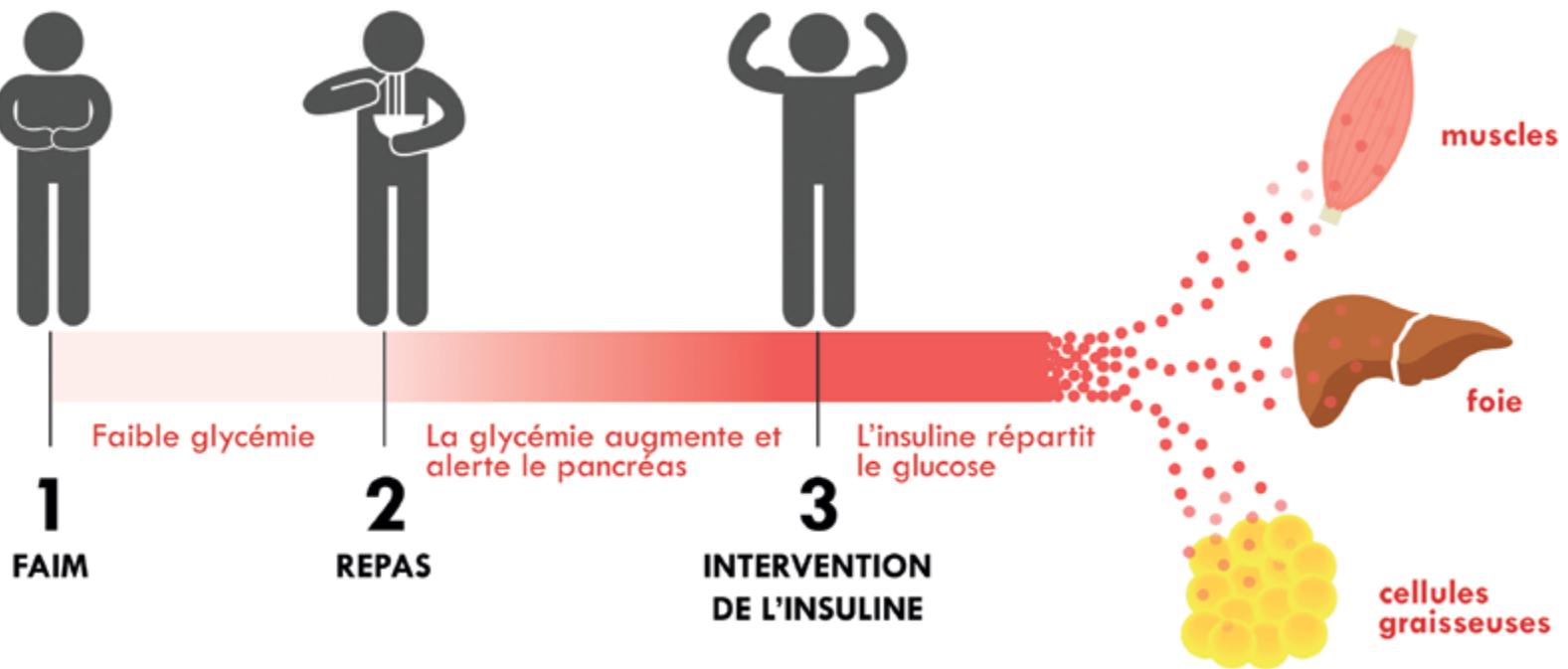
LE RÔLE DE L'INSULINE

On vient de le voir, l'insuline joue un rôle primordial dans la gestion des glucides. Plus vite elle entre en action, plus vite elle va diriger le glucose là où le corps en a besoin, et l'excédent dans le tissu adipeux. Or, certains aliments – ceux qui ont une charge glycémique élevée – l'alertent plus vite que d'autres (*voir infographie*).

→ C'est pratique quand on a un coup de barre ou un besoin urgent d'énergie, et cela explique pourquoi les sportifs en pleine action avalent des raisins secs ou des aliments bourrés de sucre. Il y a urgence et l'insuline est priée de travailler vite et bien!

→ C'est nettement moins intéressant quand on est sédentaire et que les kilos en trop s'accumulent. Mieux vaut alors miser sur des aliments avec une faible charge glycémique (céréales complètes, pain complet, salade, muesli, yaourts, etc.), de façon à brûler un maximum de glucose avant que l'insuline ne prenne le relais et envoie l'excédent dans les bourrelets.

Il existe toutefois de nombreuses exceptions qui compliquent passablement la donne. Par exemple, l'index glycémique (IG) des aliments auxquels on ajoute beaucoup de lipides (frites, chips, etc.) va baisser. Il en va de même avec certaines associations: en beurrant son pain blanc, on diminue l'IG du pain (mais pas les lipides du beurre...). A l'inverse, en augmentant la cuisson ou en broyant un aliment (purée par exemple), on augmente l'IG. Bref, plutôt que de se compliquer la vie ou d'enrichir les faiseurs de régime qui jouent là-dessus, mieux vaut retenir qu'il faut manger moins de sucres simples et plus de glucides complexes... Et surtout adopter une alimentation équilibrée et variée selon les préceptes de la pyramide alimentaire!



Une carapace pour mon téléphone

PROTECTIONS Les smartphones n'aiment pas être maltraités. Le point sur les divers accessoires qui permettent de le protéger des chocs et des rayures.

Bastien Lance / yng

Quel que soit le prix investi dans l'achat d'un téléphone portable, on espère le conserver entier quelques mois, voire quelques années. Il suffit pourtant d'une seule maladresse pour que l'écran ou le boîtier soit abîmé ou démolî. Zoom sur les principaux dispositifs qui permettent de rendre son appareil moins vulnérable aux chocs et aux affres du temps.

Coques

Souples, rigides, sobres ou colorées, on en trouve pour tous les goûts. Elles ont l'avantage de bien prémunir le boîtier contre les griffures. En revanche, elles ne mettent pas vraiment l'écran à l'abri des chocs directs. Les coques souples – généralement en silicone – ont l'avantage d'amortir quelque peu les chutes. C'est d'autant plus vrai lorsqu'elles sont bien épaisses. Autre atout : elles adhèrent mieux dans la main que les modèles rigides, même si elles ont parfois un côté collant qui peut déplaire.

Etuis

Sous forme d'étui ou de housse, ces protections intégrales sont, certes, moins fun qu'une coque au design rafraîchissant. Leur atout ? Elles recouvrent entièrement le téléphone pour mieux préserver l'écran et le boîtier des griffures et des petits chocs. Mais, comme leur structure se contente souvent de cuir ou de similicuir, elles n'amortissent pas les chutes aussi bien que les matières plus souples (silicone, etc.). Il existe néanmoins des housses pour des utilisations plus extrêmes, comme des modèles renforcés ou étanches.



«Bumpers»

C'est un dispositif qui ne couvre que le contour du téléphone, préservant ainsi son esthétique globale. Comme les faces avant et arrière sont visibles, elles restent sujettes aux rayures. En revanche, le «bumper» couvre bien la tranche du téléphone qui, en cas de choc, provoque souvent la casse de l'écran. C'est donc une option antichoc basique et discrète.

Skins

Comme leur nom l'indique, les skins (peaux en anglais) sont de fines protections qui se collent sur le téléphone. Leur matière – film plastique ou vinyle généralement – permet d'éviter l'épaisseur d'une coque ou d'un étui. Si les skins protègent bien le boîtier des griffures et des autres marques du temps, l'écran reste vulnérable. Et elles sont également impuissantes pour limiter les conséquences d'une chute ou d'impacts plus importants.

Films de protection

C'est la solution la moins chère pour préserver l'écran contre les rayures, les traces et la poussière. C'est donc une option qui peut être complémentaire à d'autres dispositifs (coque, «bumper», etc.). Mais attention, tous les films ne se valent pas. Les plus avantageux (env. 1 fr. l'unité), qui sont en plastique fin et souple, se contentent d'éviter les griffures. Mais on trouve également des protections en verre trempé (env. 10 fr. l'unité) qui s'altèrent moins vite et offrent à l'écran une bonne résistance contre les chutes et les chocs. Idéalement, il est conseillé d'opter pour un verre trempé qui a un indice de dureté de «9h».

générations

vous dit tout sur la mémoire
au salon Planète Santé LIVE

planète
Santé
LIVE

CONFÉRENCE EXCEPTIONNELLE

le jeudi 24 novembre 2016
de 14h à 16h

Au Programme

- La mémoire dans tous ses états
- Quels tests en cas de trouble avérés?
- Comment prendre soin de sa mémoire
- Les pouvoirs insoupçonnés des thérapies complémentaires

À cette occasion, générations publie un Hors-série
entièrement consacré à la mémoire.
(disponible en kiosque)

HORS-SÉRIE

générations

generations-plus.ch

LE GUIDE
qui répond
à toutes
vos questions

Tout savoir sur notre mémoire

- + MIEUX CONNAÎTRE SON MÉCANISME
- + LES DERNIÈRES THÉRAPIES CONTRE ALZHEIMER
- + COMMENT EN PRENDRE SOIN TOUTE SA VIE
- + DES JEUX POUR S'EXERCER



ISSN 2463-8594
Hors-série 2016-2017
Prix 12 fr. 90

Pour rester un CONSOMMATEUR AVERTI.
Partout. Tout le temps.

App BAS-Magazine

à télécharger
gratuitement.



Disponible sur
 App Store DISPONIBLE SUR Google play

Pour tablette et mobile

Facture de dentiste: savoir montrer les dents

TARIFS DENTAIRES Prendre rendez-vous pour un implant, ce n'est pas signer un chèque en blanc. On peut soumettre les factures exagérées à la Société suisse des médecins-dentistes. Beatrice Walder / chr

Quand on subit un traitement dentaire, le terme «douloureuse» est aussi bien choisi pour qualifier la souffrance subie pendant l'intervention que la note qui en découle... Au cours de la dernière décennie, Hans Conrad a ainsi déboursé près de 130 000 fr. pour des implants et autres interventions.

En 2006, ce lecteur bâlois a confié sa bouche à son dentiste, Sven Egger, pour un assainissement. Il a reçu, cette année-là, une facture longue de quatre pages énumérant quelque 80 positions, et ce, pour un total de quelque 57 500 fr.

Les réparations n'ont pas résisté longtemps pour autant. Deux ans plus tard, en 2008, Hans Conrad reprend place sur le fauteuil. Les factures se succèdent au fil du temps pour totaliser, en 2015, plus de 70 000 fr. supplémentaires. Le scepticisme du patient augmente proportionnellement aux montants exigés: les traitements et leur coût astronomique étaient-ils justifiés? «J'ai fait preuve de naïveté», dit-il aujourd'hui avec le recul.

Pour en avoir le cœur net, nous avons soumis les documents à l'expertise de Regina Merickske, spécialiste en médecine dentaire reconstructive et professeure à l'Université de Berne. Elle a comparé les factures avec le tarif indicatif de la Société suisse des médecins-dentistes (SSO).

TROP DE SÉANCES

Premier constat: le patient a subi de très nombreuses séances, dont une cinquantaine pour l'année 2006 seulement. Une meilleure planification aurait permis de réduire massivement ces frais et de mener à bien le traitement pour 45 000 fr. au lieu des 57 500 fr. exigés.

L'experte conteste également les montants exigés en sus pour le matériel, celui-ci étant normale-

ment compris dans les tarifs. Or, en 2006 toujours, notre lecteur a, quant à lui, dû payer quelque 4000 fr. au total pour le champ opératoire, la fraise et autres accessoires.

Autre constat: certaines positions ont été facturées plusieurs fois. Ainsi le montage et le démontage de trois implants ont été facturés à 17 reprises, alors que trois fois auraient dû suffire.

Le dentiste Sven Egger justifie le nombre de séances, d'abord parce que son patient a lui-même exprimé le souhait de raccourcir la durée des rendez-vous, et, ensuite, parce que les phases de cicatrisation entre deux actes médicaux l'exigeaient.

Quant à la facturation du champ opératoire, elle est justifiée par la nature des interventions chirurgicales, qui nécessitent du matériel complexe et, par conséquent, plus coûteux que les équipements standard. «Des complications sont apparues lors de la cicatrisation des implants, si bien qu'il a fallu en remplacer deux», ajoute encore le spécialiste pour justifier sa pratique.

FAIRE CONTRÔLER LA NOTE

Les patients ne sont pas seuls face aux praticiens. En cas de

Le montage et le démontage de trois implants a été facturé à 17 reprises alors que trois fois auraient dû suffire.



doute, on demandera d'abord des explications à son dentiste. Dans un deuxième temps, les personnes qui ont confié leurs canines à un membre de la SSO peuvent soumettre les factures à la Commission de conciliation médicodentaire (CCMD), dont on trouve les coordonnées sur le site sso.ch. La première tentative de conciliation est gratuite. En cas d'échec des discussions, la CCMD

peut demander une expertise qui est, en revanche, généralement payante.

Selon le juriste de la SSO, Simon Gassmann, 273 plaintes ont ainsi été adressées aux experts en 2015. Quelque 26% d'entre elles ont abouti à une conciliation. La commission a tranché dans 19% des cas en faveur des patients et dans 23% en faveur des thérapeutes. Le reste est encore pendan-

Interventions tarifées

Décoder la note d'honoraires

Les actes médicaux des dentistes sont tarifés selon une échelle dont l'unité est le point. La valeur de celui-ci doit être affichée à l'entrée du cabinet. Pour les praticiens membres de la Société suisse des médecins-dentistes (SSO), la limite maximale a été fixée à 5.80 fr.

Sur le site sso.ch → Patients → Droit et tarif → Tarif dentaire, on trouve la version abrégée du nombre de points indicatif pour les interven-

tions les plus courantes. L'extraction d'une dent à une racine de type incisive ou canine «vaut» ainsi entre 7,5 et 10 points. Si la valeur du point a été fixée à 3.80 fr., cette intervention coûtera entre 28.50 fr. et 38 fr. au patient. Les frais de matériel sont compris dans ce tarif, à moins que la mention «M» n'apparaisse dans la marge. Dans ce cas, ces coûts se rajouteront à la note.

A woman with dark hair tied back in a bun is smiling warmly at the camera. She is wearing a light-colored long-sleeved shirt under a green apron. Her hands are visible as she arranges a large bouquet of white and light blue flowers on a table covered with a white cloth. The background is slightly blurred, showing more flowers and greenery.

Je suis FLEURISTE

/ MÉDECINS DU MONDE



DONNONS LE MEILLEUR DE NOUS-MÊMES

Jesuis.MedecinsDuMonde.ch



Le tour de la Suisse pour 40 fr.

TRANSPORTS PUBLICS En s'y prenant à l'avance, on peut acheter dans sa commune des cartes journalières à prix avantageux. Certaines sont d'ailleurs plus généreuses que d'autres en la matière. *Vincent Cherpillod*

Les 82 fr. que coûte un aller-retour en train entre Genève et Fribourg découragent souvent les voyageurs de laisser leur voiture au garage. Il est pourtant possible de payer moins en achetant l'une des cartes journalières que proposent la quasi-totalité des communes à leurs habitants.

Valables sur une grande partie des lignes de train, de bus et de bateaux, celles-ci ne sont pas réservées aux titulaires d'un abonnement demi-tarif, à l'inverse de celles vendues par les CFF. En revanche, la date de validité – qui est préimprimée – ne peut pas être modifiée. Il faut donc être certain de voyager le jour «J», car elles ne sont jamais remboursées. En cas d'empêchement, il est néanmoins possible de les transmettre à un autre voyageur, car elles ne sont pas nominatives.

Nous avons voulu savoir, dans 11 des principales communes de Suisse romande, s'il était pratique et avantageux de s'en procurer une. Première surprise: alors que les communes les achètent au même prix – 13 300 fr. le carnet de 365 cartes, soit 36.40 fr./pièce –, elles ne les revendent pas toutes au même tarif. En effet, chacune est libre de revendre les coupons au prix de son choix aux personnes domiciliées sur son territoire. Le plus souvent, ils sont dispo-



nibles à l'administration communale, à l'Office du tourisme ou en ligne (*lire plus loin*). Certaines communes imposent une limite d'achat par mois (deux par personne à Sion, trois à Lausanne), mais pas toutes.

PRÈS D'UN MOIS D'ATTENTE

En les proposant à 40 fr., Vernier et Yverdon ne réalisent qu'un modeste bénéfice sur chaque carte (*voir tableau*). A l'opposé, un Lausannois paiera 49 fr. (+23%), ce qui laisse une confortable marge de 12.60 fr. à la ville pour chaque exemplaire vendu. Certaines font même un beau geste, à l'image de Martigny*, qui vend l'unité à 35 fr., soit moins que ce qu'elle lui coûte. Lausanne déçoit encore en étant la ville qui

met le moins de cartes à disposition de sa population (une pour 4604 habitants).

Partout sauf à Sion, on peut consulter sur le site internet de la commune le stock restant pour chaque journée. Il est même possible, dans six d'entre elles, de les acheter en ligne et de les recevoir chez soi pour s'épargner un déplacement. Attention, enfin, à se décider suffisamment tôt, car ces sésames sont prisés: il faut s'y prendre en moyenne cinq jours à l'avance pour obtenir une carte valable un jour de semaine, et 17 jours pour le week-end. Voir davantage pour les dates les plus demandées, comme les fêtes de fin d'année ou les vacances, où il faut tabler sur un bon mois.

ÉPIER SES VOISINS

Si le stock est épuisé, il reste un espoir. En théorie, ces cartes sont réservées aux citoyens respectifs de chaque commune. Mais, lorsque leur date de validité s'approche, certaines étendent la vente aux habitants des environs, voire même à tous pour qu'elles ne soient pas perdues. Il vaut donc la peine de consulter l'état du stock des localités environnantes. Deux sites internet regroupent d'ailleurs les données de plusieurs d'entre elles: tageskarte-gemeinde.ch et sugarcube.ch/agflexi.

Cette offre n'est pas intéressante pour les enfants de moins de 16 ans qui voyagent avec un adulte, car une carte journalière CFF destinée à un enfant accompagné coûte moins cher (16 fr.). Signalons enfin que les prix risquent de grimper l'an prochain, puisque les communes devront débourser 700 fr. de plus pour un carnet de cartes, et qu'elles répercutent généralement ces hausses. Ainsi, entre 2005 et 2016, leur prix a bondi de 30 fr. à 45 fr. (+50%) à Genève...

* **BONUS WEB** tableau complet des communes de plus de 10 000 habitants sur bonasavoir.ch

Disponibilité des cartes journalières dans les communes de Suisse romande

COMMUNE	PRIX	NB. DE CARTES PAR JOUR	NB. D'HABITANTS POUR UNE CARTE	STOCK EN LIGNE	ACHAT EN LIGNE + ENVOI À DOMICILE	1 ^{RE} CARTE DISPONIBLE DANS... ⁽¹⁾	1 ^{RE} CARTE DISPONIBLE LE WEEK-END DANS... ⁽¹⁾
Vernier	40 fr.	20	1765	Partiel	Oui (+1 fr.)	4 jours	24 jours
Yverdon	40 fr.	7	4139	Oui	Oui	0 jour	24 jours ⁽²⁾
Fribourg	42 fr.	19	2015	Oui	Non	6 jours	23 jours
Neuchâtel	42 fr.	16	2103	Oui	Oui	11 jours	10 jours
Lancy	42 fr.	14	2254	Partiel	Oui (+1 fr.)	4 jours	23 jours
Sion	42 fr.	10	3280	Non	Non	4 jours	3 jours
Bienne	42 fr.	14	3788	Oui	Non	5 jours ⁽²⁾	24 jours
La Chaux-de-Fonds	42 fr.	10	3869	Oui	Oui (+1 fr.)	8 jours	10 jours ⁽²⁾
Genève	45 fr.	60	3353	Oui	Non	4 jours	23 jours
Delémont	47 fr.	13	937	Oui	Oui	4 jours	17 jours
Lausanne	49 fr.	29	4604	Partiel	Non	0 jour	10 jours

Classement selon le prix, puis le nombre d'habitants pour une carte.

⁽¹⁾Constat établi le 13 octobre 2016.

⁽²⁾Plus qu'une carte disponible ce jour-là.



FUST
Et ça fonctionne.

Infos et adresses:
0848 559 111 ou www.fust.ch

**PAYEZ
AVEC DES
SUPERPOINTS**

Valable jusqu'au
6.11.16

Appareils électro-ménagers

Avec la simple formule de conversion

**100 superpoints
= 1 franc**

vous pouvez payer avec vos superpoints
à l'achat des appareils électroménagers à
toutes les caisses des 150 succursales Fust
dans toute la Suisse.

Spécialiste pour tous les appareils électroménagers



Vainqueur au
test Kassensturz
04/2016

seul.
99.90
au lieu de 139.90

-28%

Récipient à jus avec
une capacité de
1.25 litre

Exclusivité
Fust

BOSCH
Centrifugeuse

MES 25 G0

- Moteur de 700 watts • Entonnoir XL pour fruits entiers
- Tamis micro-filtre pour rendement de jus le plus élevé

No art. 139858

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

Un ventre rond bien assuré

GROSSESSE L'assurance maladie de base couvre une partie importante des frais de maternité. Les complémentaires sont surtout intéressantes pour l'hébergement. *Bernard Utz*

Les jeunes couples n'y pensent pas toujours: se préparer à l'arrivée de bébé, c'est aussi se soucier des subtilités des assurances maladie. Ce n'est certainement pas l'aspect le plus plaisant, mais il permet d'éviter de mauvaises surprises pour le portefeuille.

Afin de cerner au plus près les préoccupations de nos lectrices et de nos lecteurs, nous leur avons lancé un appel sur notre page Facebook. Voici les réponses aux principales questions qui nous ont été posées.

Quelles sont les principales prestations remboursées par la LAMal?

L'assurance de base prend intégralement en charge sept examens de contrôles, deux échographies, une analyse prénatale du risque de trisomie 21, 18 et 13 et un cours de préparation à l'accouchement (jusqu'à 150 fr.). Elle couvre aussi les frais de l'accouchement à domicile, à l'hôpital ou dans une maison de naissance. La jeune maman est également indemnisée pour un nouveau contrôle médical après la naissance et trois séances de conseil à l'allaitement.

A noter que, dans certaines situations, le remboursement intégral de prestations supplémentaires est aussi possible, si le médecin les estime nécessaires. Par exemple, lors d'une grossesse à risque, d'autres échographies et examens de contrôle sont également couverts, selon l'évaluation clinique.

A partir de quand les frais sont-ils pris en charge?

Dès la treizième semaine de grossesse et jusqu'à huit semaines après l'accouchement, les femmes ne paient rien pour toutes les prestations médicales générales et les soins en cas de maladie. Y compris les coûts de traitements qui n'ont aucun rapport avec la maternité. Durant les trois premiers mois,



Les coûts sans rapport avec la maternité sont aussi intégralement pris en charge dès le quatrième mois de grossesse.

seuls les examens préventifs détaillés plus haut sont pris en charge sans franchise ni quote-part par la LAMal.

Les soins de l'enfant sont-ils également remboursés?

Les soins et le séjour du nouveau-né sont intégralement couverts par l'assurance de la mère quand il est en bonne santé. En revanche, c'est celle du bébé qui prend en charge les dépenses quand il a des problèmes de santé. Et, dans ce cas, une participation aux coûts (franchise et quote-part) est demandée. Les parents disposent de trois mois pour conclure une assurance de base pour leur enfant. Il est, dans ce cas, assuré rétroactivement dès le jour de sa naissance. En revanche, si l'annonce est faite plus de trois mois après sa venue

au monde, le remboursement des frais ne commence qu'à la date de l'affiliation à la caisse. En ce qui concerne les complémentaires pour le nouveau-né, il vaut la peine de les contracter avant l'accouchement. Les assureurs peuvent, en effet, refuser une affiliation si le bébé souffre d'une maladie dès la naissance.

Dans quels cas une complémentaire est intéressante?

Les assureurs proposent de nombreuses polices très différentes. Les «petites complémentaires» peuvent, par exemple, payer pour des cours de gymnastique prénatale ou des échographies supplémentaires. Les complémentaires en division privée et demi-privée assurent, elles, un hébergement plus confortable pour la future

maman. Dans tous les cas, il vaut la peine de lire attentivement les conditions générales pour savoir quelles prestations seront remboursées. Les subtilités sont, en effet, nombreuses. Certaines assurances d'hospitalisation en privé ou en demi-privé n'englobent, par exemple, pas la grossesse.

Dans tous les cas, si vous souhaitez en contracter une, n'attendez pas d'être enceinte. Les caisses ont toutes mis en place un délai de carence, souvent d'une année, entre l'affiliation et le début de la grossesse.

Après l'accouchement, place au congé maternité! Retrouvez, à la page 45 de ce numéro, un tour d'horizon de la situation juridique des salariées après la naissance d'un enfant.



José Cappa

La syrah da

DÉGUSTATION Avec son caractère bien à elle, la syrah ne laisse personne indifférent. Confirmation avec treize vins suisses de 2014 dégustés à l'aveugle par notre jury spécialisé. *Yves-Noël Grin*

Son opulence s'acoquine à merveille avec un festin de saison, la chasse. Avec sa robe dense et violacée, la syrah ne fait pas de l'esbroufe. C'est un cépage exubérant avec une palette d'arômes qui passe par le poivre, la réglisse, la violette, la mûre et la framboise, entre autres.

Elle a d'ailleurs fait la renommée de grandes appellations, notamment dans les Côtes-du-Rhône septentrionales. On pense, en premier lieu, aux Côte-Rôtie et Cornas. Mais c'est un cépage qui donne de très grands crus en Suisse aussi. C'est d'ailleurs une syrah valaisanne, la Terra Solis 2012, du Domaine des Moines, qui s'est imposée au concours international Syrah du monde 2016 devant 373 vins issus de 23 pays!

Eclairage

2014, dans l'ombre de 2015

Enorme. Exceptionnel. On le répète à l'envi, le millésime 2015 a été bénî des dieux pour les crus suisses et bien d'autres (Bordeaux, etc.). On lui passe tous les superlatifs, même si certains vins – blancs surtout – ont une telle richesse qu'on en vient à regretter parfois leur manque de vivacité.

On oublierait presque que 2014 n'a rien d'une petite année pour les vins helvétiques. Il est vrai que l'été a été foncièrement pourri, les vacanciers s'en rappellent encore. En revanche, le printemps et l'automne ont été exceptionnellement chauds et secs. Au final, 2014 est globalement un très bon millésime, globalement supérieur à celui de 2013, surtout en Valais. Seul point noir marquant en 2014: la prolifération importante de la drosophile du cerisier (*Drosophila suzukii*) qui a fait d'énormes dégâts un peu partout. Repéré pour la première fois en Suisse durant l'été 2011, cet insecte venu d'Asie ne s'attaque pas uniquement à la vigne, mais à de nombreuses variétés de baies et de fruits à noyau, juste avant leur maturité. Un véritable fléau.

13 syrah suisses 2014 de supermarchés entre 9 fr. et 25 fr.



20 = Parfait
De 18 à 19.9 = Excellent
De 16 à 17.9 = Très bon
De 14 à 15.9 = Bon
De 11 à 13.9 = Satisfaisant
De 10 à 10.9 = Insatisfaisant
Pas de note au-dessous de 10.

	SYRAH	«SYRAH BARRIQUE GRAND CRU BIO»	SYRAH ÉLEVÉE EN FÛT DE CHÈNE	SYRAH BIBACCHUS
PRODUCTEUR	Cave du Tunnel, Conthey	Domaine de la Croix, Bursins (VD)	Cave St-Georges, Sierre	Bonvin et Varone, Sion
ORIGINE	AOC Valais	AOC La Côte	AOC Valais	AOC Valais
TAUX D'ALCOOL	13%	13%	13%	13%
ACHETÉ CHEZ	Aligro	Manor	Aligro	Coop
PRIX	13.20 fr.	24.50 fr.	18.60 fr.	14.95 fr.
POINTS FORTS	Robe sombre; poivre blanc, mûre, cassis, café; rond et opulent	Fraîcheur; boisé bien intégré; réglisse; harmonieux	Attaque fraîche et tonique; framboise; suave et élégant	Nez sur le fruit; souple en bouche; tanins soyeux; équilibré
POINTS FAIBLES	Nez discret; légèrement alcoolé	Nez peu expressif; tanins un peu asséchants	Pointe d'acidité; nez assez fermé	Peu concentré; manque de caractère
NOTE SUR 20	15.6	15.4	15.4	14.2

ns tous ses états

Ce n'est donc pas une surprise si les treize vins dégustés à l'aveugle par notre jury ont laissé une bonne impression générale. Achetés dans les supermarchés – entre 9 fr. et 25 fr. l'unité –, douze portaient l'appellation d'origine contrôlée (AOC) Valais. La dernière, une syrah vaudoise (AOC La Côte) paraissait bien seule face à ses concurrentes du Vieux-Pays. Mais, cette solitude ne l'a pas empêché de se hisser sur le podium.

TUNNEL AUX DEUX EXTRÉMITÉS...

Si tous les flacons n'ont pas procuré la même ivresse des sens, trois ont conquis notre jury avec des notes supérieures à 15 points. En tête du classement, une bouteille qui ne paie pas de mine pour un prix de 13.20 fr. chez Aligro, «On retrouve bien le côté sauvage et épice de la syrah, souligne Claire Mallet. C'est un vin opulent et gourmand.» Avis partagé par l'ensemble du jury.

Comme l'attestent son prix et son étiquette très «cheap», cette syrah est une entrée de gamme. Ce n'est pas le cas de sa grande soeur, élevée en barrique, également produite par la Cave du Tunnel: vendue 22.90 fr. chez Manor, elle se positionne clairement plus haut. Et

pourtant, elle occupe l'autre bout peu enviable du classement! Hormis une belle concentration, le jury a pointé du doigt sa lourdeur et ses arômes masqués par un boisé excessif. «C'est dommage, on ne retrouve plus l'identité du cépage», relève Thibaut Panas.

UNE VAUDOISE EN TROUBLE-FÊTE

Très différente de la gagnante, la syrah Grand Cru du Domaine de la Croix, à Bursins (VD), s'est adjugée la 2^e place. Plus droite, plus fraîche et aux tanins plus marqués que ses concurrentes valaisannes, elle est aussi sensiblement moins gourmande. «C'est une syrah très structurée, bien équilibrée, qui plaira davantage aux puristes», note René Roger. Celle de la Cave St-Georges, classée 3^e, ne fait pas non plus dans l'opulence. Elle a surtout séduit par sa tonicité, sa minéralité et sa structure franche.

L'attente que l'on a de tels vins peut précisément être différente. On peut les préférer ronds et charnus ou, au contraire, plutôt racés et tendus. Préférence qui s'est parfois ressentie dans la notation du jury, particulièrement avec la syrah de Frédéric Zufferey: deux dégustateurs lui ont reproché son manque de relief, deux autres ont apprécié sa générosité.

Le jury



René Roger

Professeur d'œnologie
à l'Ecole hôtelière
de Lausanne



Claire Mallet

Propriétaire
du Wine Trotter
à Genève



Thibaut Panas

Chef sommelier
du Beau-Rivage Palace
à Lausanne



Stéphanie Décotterd

Tenancière du
Restaurant Le Pont
de Brent (VD)



SYRAH	SYRAH	SYRAH	SYRAH DU VALAIS	SYRAH	SYRAH	SYRAH GRAND MÉTRAL	SYRAH DU VALAIS, «MADAME DE»	SYRAH BARRIQUE
Defayes et Crette-nand, Leytron	Frédéric Zufferey, Chippis	Jean-René Germanier, Vétroz	Cave de Noé, Puidoux (VD)	Caves Orsat, Martigny	Domaine des Muses, Sierre	Provins, Sion	Domaine du Mont d'Or, Sion	Cave du Tunnel, Conthey
AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais	AOC Valais
13%	13,5%	13%	12,8%	13%	13%	13,5%	13,5%	13%
Coop	Globus	Coop	Lidl	Aldi	Manor	Aligro	Aligro	Manor
24 fr.	24.90 fr.	19 fr.	8.99 fr.	8.99 fr.	24.90 fr.	14.70 fr.	24.80 fr.	22.90 fr.
Attaque vive; réglisse, cassis, épices douces; souple	Nez élégant; poivre blanc, mûre, cassis; vin gourmand	Fraîcheur; notes végétales; fruits rouges, poivre blanc; élégant	Nez fruité; attaque vive et fraîche; tanins souples	Attaque franche; fraîcheur; fruits rouges	Nez bien ouvert; fruits noirs; légèrement toasté	Nez avec des notes de cassis; bouche gourmande	Nez végétal; réglisse, poivre, épices	Notes de chocolat; toasté; concentré
Manque de volume; court en bouche	Manque de longueur et de profondeur	Nez réduit; peu expressif en bouche	Nez alcoolé; structure fluette	Maigre en bouche; tanins secs	Vin trop chaud; acidité	Nez réduit; manque d'ampleur	Amertume; peu de volume	Boisé excessif; lourd
13.7	13.6	13.5	12.7	12.5	12.3	12.2	11.2	11.1

NOS GUIDES

SIMPLES,
CLAIRS ET
PRATIQUES

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



A commander
également sur
[bonasavoir.ch](#)
→ Boutique

ABONNEMENT à nos magazines

Bon à Savoir pour:

11 parutions: 39.50 fr.
22 parutions: 74.00 fr.

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



Au boulot, maman!

TRAVAIL Après l'accouchement, la situation juridique de la jeune mère évolue sur plusieurs plans. *Barbara Venditti*

A peine bébé est-il né que de multiples questions se posent pour la jeune mère employée. Elle a des droits bien spécifiques, qui ne sont pas les mêmes que durant la grossesse (*lire «Future maman au travail», B&S 7/2016*). Petit tour d'horizon de la situation juridique de la salariée après l'accouchement.

LE POINT SUR LES DÉLAIS

Durant les huit semaines qui suivent la naissance d'un enfant, la loi interdit aux mères de travailler. Cela signifie que, durant cette période, c'est le repos forcé.

Après ce délai, celle qui le souhaite est en droit de reprendre son activité; elle ne peut, pour autant, être mise à contribution sans son accord pendant seize semaines. Mais, comme dans la plupart des cas, les indemnités prennent fin

après quatorze semaines, la reprise se fait à ce moment-là. Quant à la salariée qui décide de ne pas reprendre avant la fin des seize semaines, elle va se retrouver sans salaire entre la fin des indemnités et son retour au travail.

Durant les seize semaines qui suivent l'accouchement, la loi protège la travailleuse contre le licenciement, qu'elle ait ou non repris son activité professionnelle. Elle ne peut donc pas être congédiée durant cette période.

1. Mon congé, je le donne quand?

Contrairement à l'employeur, la mère qui ne souhaite pas reprendre son travail après le congé maternité peut parfaitement résilier le contrat pendant son arrêt. Elle peut également toucher les indemnités pour perte de gain auxquelles

elle a droit. Mais à condition de donner son congé de manière à la fin du délai de préavis tombe après la naissance de l'enfant, mais avant la date de reprise prévue. Par conséquent, plus le délai de congé est long, plus il faut anticiper.

2. Ai-je droit à un congé maternité payé?

Des indemnités sont dues à toute mère salariée ou indépendante, qui a été soumise à l'assurance obligatoire (APG) durant les neuf mois qui ont précédé la naissance, et qui a exercé une activité lucrative durant au moins cinq mois au cours de cette période.

3. Quel est le montant de l'allocation?

Il correspond à 80% du revenu moyen de l'activité réalisée avant l'accouchement, mais de 196 fr.

par jour au maximum. Sur ce point, Genève fait exception: le canton complète ce montant si nécessaire jusqu'à un plafond de 329.60 fr. par jour en fonction du niveau de salaire de la mère.

4. Sur quelle durée l'allocation est-elle versée?

Les prestations sont dues pendant quatorze semaines au maximum dès la naissance de l'enfant. Si la jeune mère reprend son activité avant, à temps plein ou partiel, elle n'y a plus droit. Les mamans genevoises touchent, elles, une indemnité cantonale supplémentaire, ce qui porte la période totale de couverture à seize semaines.

5. Et l'allaitement lors de la reprise du travail?

Les mères qui allaitent ne reprennent le travail qu'avec leur accord, jusqu'à la fin de cette période. Mais attention, si, après la fin du versement des indemnités, la salariée n'offre pas ses services, elle ne peut pas prétendre à un salaire.

Dans la plupart des cas, la reprise de travail intervient plus ou moins à la fin du versement des indemnités. La salariée qui allaite a toutefois droit à certaines mesures de protection de sa santé, qui sont, globalement, les mêmes que durant la grossesse (*lire «Future maman au travail», B&S 7/2016*) Elle a, bien évidemment, le droit de prendre le temps nécessaire pour nourrir son enfant, qui sera rémunéré adéquatement. Ainsi, pour un temps de travail jusqu'à quatre heures, 30 minutes sont payées. Entre quatre et sept heures de travail, ce sont 60 minutes qui sont payées et, dès sept heures de travail, ce temps s'élève à 90 minutes.

La salariée peut allaiter son enfant à l'extérieur ou dans l'entreprise. Dans ce cas, la loi impose à l'employeur de lui mettre à disposition des conditions favorables.

Aucun rattrapage n'est dû pour compenser ces moments, que la mère allait son enfant ou qu'elle tire son lait. Ce temps ne peut pas non plus être décompté des vacances.

Lire également en page 41.

De la pêche au premier tour de clé



BATTERIES POUR VOITURES

Inutile de dépenser une fortune pour s'assurer un démarrage sans souci. A moins de 100 fr., on trouve déjà un modèle qui fait très bien son job.

Andreas Schildknecht / yng

C'est quand on ne s'y attend pas – et rarement au meilleur moment – qu'une voiture refuse d'émettre le moindre son. Ce silence exaspérant est souvent l'œuvre de la batterie qui est déchargée ou hors service. Selon les statistiques du TCS, on peut lui imputer 40% des pannes! Comme elle n'apprécie guère le froid, c'est en hiver qu'elle dévoile très souvent ses faiblesses. Bon nombre de propriétaires qui laissent dormir leur véhicule dehors en ont déjà fait l'expérience.



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	PILOT	EXIDE	BOSCH	VARTA	DURACELL
Désignation	P72	Premium EA722	S5 007	Blue Dynamic E43	DA 74
Acheté chez	Jumbo	galaxus.ch ⁽⁴⁾	autobatterien24.ch ⁽⁴⁾	galaxus.ch ⁽³⁾	Coop Brico+Loisirs ⁽⁴⁾
Prix payé	199 fr.	134 fr.	170 fr.	249 fr.	299 fr.
Capacité en ampères-heures (Ah)	72	72	74	72	74
1. Endurance	50%⁽¹⁾	4.4	5.0	4.7	4.6
2. Démarrage à froid	40%⁽¹⁾	6.0	5.3	5.3	5.3
3. Décharge	10%⁽¹⁾	5.5	5.8	6.0	6.0

NOTE FINALE ET APPRÉCIATION

MARQUE	PILOT	EXIDE	BOSCH	VARTA	DURACELL
Désignation	P72	Premium EA722	S5 007	Blue Dynamic E43	DA 74
Acheté chez	Jumbo	galaxus.ch ⁽⁴⁾	autobatterien24.ch ⁽⁴⁾	galaxus.ch ⁽³⁾	Coop Brico+Loisirs ⁽⁴⁾
Prix payé	199 fr.	134 fr.	170 fr.	249 fr.	299 fr.
Capacité en ampères-heures (Ah)	72	72	74	72	74
1. Endurance	50%⁽¹⁾	4.4	5.0	4.7	4.6
2. Démarrage à froid	40%⁽¹⁾	6.0	5.3	5.3	5.3
3. Décharge	10%⁽¹⁾	5.5	5.8	6.0	6.0
NOTE FINALE ET APPRÉCIATION	5.5 ☀++	5.2 ☀+	5.2 ☀+	5.1 ☀+	5.0 ☀+

Si la note est identique, classement selon le prix.

⁽¹⁾ Pondération pour la note finale.

⁽²⁾ Site en allemand uniquement.

Egalement disponible chez: ⁽³⁾ Coop Brico+Loisirs, Jumbo, Obi,

DEUX ARTICLES SORTENT DU LOT

Pour connaître la qualité des batteries disponibles sur le marché, nous en avons confié douze au Laboratoire spécialisé Fakt en Allemagne. Toutes ont une capacité annoncée qui varie entre 70 et 75 ampères-heures (Ah), valeur qui convient à la plupart des voitures de la classe moyenne. Mais, parmi les douze modèles retenus, neuf sont tout à fait standards, alors que les trois autres sont de type «EFB». Raison pour laquelle nous avons scindé notre tableau comparatif en deux parties.

En fait, les «EFB» – pour *enhanced floodeed battery* – sont des versions renforcées. Elles sont destinées avant tout aux véhicules dotés d'un système d'arrêt et de redémarrage automatique du moteur (stop & start). Dispositif qui permet de consommer moins d'essence – en ville surtout – mais qui sollicite davantage la batterie.

Au terme de notre test, un modèle standard, la Pilot P72, et une EFB, la Banner *Running Bull*, ont obtenu l'appréciation «très bon». Elles ont dominé les débats dans quasiment tous les domaines sans être, pour autant, les plus onéreuses à l'achat. On remarque d'ailleurs que le prix n'est, comme bien souvent, pas un gage de qualité absolue: l'Exide, achetée sur galaxus.ch et la Okay Power de Landi ont été jugées «bon», alors

qu'elles ne coûtent respectivement que 134 fr. et 99 fr.

PROMESSES NON TENUES

Sur le critère de l'endurance, aucune n'a atteint la capacité promise au début des mesures. La plus performante, la Banner «EFB» n'avait que 94% des 70 Ah après la première recharge. Avec la Pilot, la Bosch et la Coop Qualité & Prix, elle fait aussi partie des produits qui ont le mieux résisté à la succession de charges et de décharges que les experts leur ont fait subir. A l'issue du test, la capacité de la Banner «EFB» s'élevait à 70%, alors que la majorité de ses concurrentes avouaient 50% à peine. La Miocar n'a même pas atteint ce taux.

Comme tout accu, on sait que les batteries de voiture n'apprécient guère les températures froides. Sur ce point, le laboratoire a relevé que l'Exide, la Bosch, la Varta et la Duracell faisaient mieux que les autres. A une température de -25 °C, elles avaient assez de jus pour enchaîner entre 17 et 21 démarrages successifs. Notons encore que tous les modèles se sont bien comportés sur le critère de la résistance à la décharge. En simulant l'oubli d'un consommateur – un plafonnier par exemple – les meilleurs ont tenu pas moins de 11 heures.

STOCKAGE MIS EN CAUSE

Et les fabricants, que disent-ils de nos résultats? Moll et Johnson

Controls – qui produisent respectivement les batteries Okay Power et Varta – critiquent le protocole de notre test qui ne correspondrait pas à ce qui se fait habituellement dans la branche. Banner, qui fabrique la Duracell DA 74 prétend que son âge élevé – environ deux ans – explique ses performances contrastées. «Elle a été stockée plus longtemps chez le fournisseur que d'habitude», avance la firme.

Or, il est vrai que l'âge d'une batterie a une influence sur ses

performances. Hélas, la date de fabrication n'est généralement pas indiquée sur le produit. On peut donc tenter de poser la question au vendeur en misant sur sa bonne foi. En revanche, la date à laquelle elle a été chargée pour la dernière fois figure généralement sur l'article. Plus l'opération est récente, mieux c'est!

NOUVEAU  **GUIDE D'ACHAT**
A retrouver sur bonasavoir.ch

En détail

La procédure du test

Les experts du Laboratoire Fakt, à Heimertingen (D) ont passé les douze batteries sur un banc d'essai spécial.

Dans un premier temps, ils les ont complètement chargées, afin qu'elles abordent le test dans les mêmes conditions. Ils leur ont ensuite fait subir plusieurs cycles recharge-décharge jusqu'à ce qu'une certaine tension soit dépassée. Ils les ont, ensuite, de nouveau rechargées à bloc pour mesurer leur capacité.

Lors de la seconde partie du test, le laboratoire a simulé des démarrages à froid (température ambiante de -25 °C) et épuisé les batteries jusqu'à ce qu'elle ne tienne plus la charge. Entre chaque essai, les experts les ont complètement rechargées pour mesurer leur capacité. Car c'est bien cette dernière qui donne de précieuses indications sur l'état d'usure d'une batterie et, par ricochet, sur sa durée de vie.

Batteries «EFB» pour voitures avec système stop & start

OKAY POWER	TOPLINE	COOP QUALITÉ & PRIX	MIOCAR	BANNER	ECOPOWER	MOLL
Batterie de voiture	Batterie DS14	Batterie auto CP 13	Batterie de voiture B4	Running Bull 57 000 EFB autobatterien24.ch ⁽⁴⁾	EFB 75	820 70 EFB autobatterien24.ch ⁽⁴⁾
Landi	Obi	Coop Brico+Loisirs	Migros Do it + Garden	183 fr.	Jumbo	217 fr.
99 fr.	189 fr.	209 fr.	199 fr.	70	219 fr.	70
74	74	72	72	5.6	4.9	4.8
4.9	4.8	5.0	4.4	6.0	4.6	4.6
4.5	4.5	4.4	4.4	6.0	5.8	5.2
5.5	5.5	4.7	5.2			
4.8 	4.8 	4.7 	4.5 	5.8 	4.9 	4.8 

Dominique Schiltz



«Rien ne doit changer pour moi,
même à 70 ans. C'est pourquoi
je planifie déjà maintenant.»

Planification financière du Credit Suisse
Pour vous maintenant et tout ce qui est à venir.

credit-suisse.com/planificationfinanciere

Prévoyez
dès maintenant:

**pilier 3a
5,81%***

de rendement p.a.
Performance
2011–2016



*Rendement annuel d'un des produits CSF Mixta-LPP dans la période comprise entre le 29.07.2011 et le 29.07.2016. Les performances historiques et les scénarios élaborés pour les marchés financiers ne constituent aucune garantie de rendement actuel ou futur.

**CONSEIL
JURIDIQUE
GRATUIT**


Marine Duruit

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

Nos trois juristes, Silvia Diaz, Barbara Venditti et Kim Vallon répondent aux questions du quotidien, touchant à la consommation, au droit du bail et du travail. Ce service est réservé aux abonnés de *Bon à Savoir*. Il exclut les questions urgentes et trop complexes. Préparez votre numéro d'abonné, il vous sera demandé.

PAR TÉLÉPHONE
021 310 18 20

PAR ÉCRIT
Bon à Savoir
Service juridique
CP 150
1001 Lausanne

EN LIGNE
Formulaires sur
www.bonasavoir.ch
→ **Vos droits**
Joindre copie
des pièces utiles.

1. Du rififi à la récré

RESPONSABILITÉ «Mon fils de 9 ans a soi-disant cassé la tablette d'un de ses camarades de classe. L'incident serait survenu pendant la récréation, lors d'une altercation entre les deux enfants. Les parents font maintenant des histoires et exigent qu'on leur dédommagine la tablette. Qui est responsable? Nous? Notre fils? L'école?»

La sagesse n'attend pas les années! Du point de vue juridique en tout cas, l'enfant mineur a, en principe, la pleine capacité civile. Il doit donc répondre directement des dommages causés s'il a la capacité de discernement nécessaire (ce qui est vraisemblablement le cas à 9 ans). Le parent ne répond civillement que s'il avait un devoir de surveillance particulier, en fonction des circonstances et de l'âge du bambin.

En l'occurrence, on ne saurait vous reprocher d'avoir insuffisamment surveillé votre fils étant donné que l'incident a eu lieu dans le préau de l'école, où les parents n'ont objectivement rien à faire. Et l'établissement scolaire? Les altercations entre élèves n'ont rien d'extraordinaire pendant la récréation, et on ne peut exiger de l'école qu'elle mette un surveillant derrière chaque enfant.



Quant aux parents de la «victime», ils devront déjà prouver la responsabilité de votre fils dans cette (banale) histoire de cour d'école s'ils entendent vous faire

rembourser la tablette cassée. Un objet qui n'a lui-même rien à faire dans un préau dans les mains de jeunes enfants.

Kim Vallon

2. Entreprise trop salissante

DROIT DE VOISINAGE «Je suis propriétaire d'une maison située en contrebas d'un restaurant. Nos canalisations d'égoûts sont liées. Les tuyaux se trouvant sur mon terrain sont régulièrement bouchés par de forts amas de graisse provenant de cet établissement. Ma conduite est privée, dois-je vraiment assumer seul les frais de remise en état?»

Non. L'article 684 du Code civil prévoit que le propriétaire est tenu, dans l'exercice de son droit, et spécialement dans le cadre de ses travaux d'exploitation industrielle, de s'abstenir de tout excès au détriment de la propriété du voisin. Sont interdites notamment les activités ayant un effet dommageable, telles que, par exemple, la pollution de l'air, les mauvaises odeurs, le bruit, les trépidations, etc. L'évacuation en masse de graisses

qui endommagent vos tuyaux et les encrassent précocement font partie de ces activités prohibées.

Ainsi, si le restaurant crée un dommage direct à vos installations, et que vous êtes en mesure de prouver le lien de cause à effet, vous avez la possibilité de réclamer la cessation de la pratique litigieuse ou des mesures visant à diminuer l'impact des nuisances. D'autre part, vous êtes aussi en droit, si l'atteinte est consi-

dérée comme illicite, de réclamer tout ou partie des frais de remise en état de vos canalisations. Mais, là encore, il vous faudra démontrer que ces travaux ont bien été rendus nécessaires à la suite d'un excès de matières grasses en amont. Si l'auteur du trouble refuse d'entrer en matière, vous pouvez sans autre vous adresser à la justice.

Silvia Diaz

3. Qui touchera quoi?

SUCCESSIONS «Je suis célibataire et sans enfants. Mon père est encore en vie, tout comme ma sœur cadette. Dans la mesure où je n'ai pas fait de testament, mon papa touchera-t-il l'entier de ma succession?»

Non. Selon l'article 458 du Code civil, les héritiers d'un défunt qui n'a pas laissé de postérité (enfants, petits-enfants) sont le père et la mère qui héritent chacun de la moitié. Le parent prédecescé est représenté par ses descendants. Ainsi, en l'absence de dispositions testamentaires*, votre papa touchera la moitié de votre succession. Votre petite sœur aura droit à l'autre moitié, dans la mesure où c'est la part qui aurait dû revenir à votre mère si elle était encore en vie.

Cependant, si votre papa décède avant vous, votre sœur deviendra alors votre seule et unique héritière légale. Vous pouvez choisir de modifier ces règles en rédigeant un testament par lequel vous avez la possibilité d'attribuer l'entier de vos biens à votre père encore en vie. Car votre sœur n'est pas «réservataire», à savoir qu'elle n'a pas le privilège légal de toucher à une partie réservée de la succession. Tel est, en revanche, le cas de votre père, qui peut prétendre au minimum à un

quart de vos biens. Vous êtes ainsi libre, moyennant la rédaction de vos ultimes volontés, d'attribuer les troisquarts restants de vos avoirs à qui bon vous semble. Ce document doit simplement être entièrement rédigé à la main, daté et signé.

Silvia Diaz

*  **BONUS WEB** Rédiger votre testament grâce à notre outil web <http://www.bonasavoir.ch/redigez-votre-testament>

4. Retraitée mais pas inactive

PÉVOYANCE «A la retraite dans quelques mois, je voudrais consacrer mon temps libre à un vieux rêve et me lancer dans la pâtisserie. Pour développer mon affaire, je compte sur mon avoir de prévoyance. Est-il possible d'exiger de la caisse de pension qu'elle me verse ce montant sous forme de capital?»

Il convient de rappeler que, en règle générale, les prestations de vieillesse sont allouées sous forme de rente. Toutefois, l'assuré peut demander que le quart de son avoir de vieillesse lui soit versé sous la forme d'une prestation en capital. C'est ce que prévoit l'article 37 de la loi fédérale sur la prévoyance professionnelle, vieillesse, survivants et invalidité (LPP). Par ailleurs, l'institution de prévoyance peut inclure, dans son règlement, une disposition qui l'autorise à verser plus du quart du capital à son assuré.

C'est donc directement auprès de votre caisse de pension que vous devez vous informer pour savoir si elle permet à ses ayants droit de choisir une prestation en capital en lieu et place d'une rente de vieillesse, de survivants ou d'invalidité. Et, dans le cas où elle autorise le versement de plus d'un quart du capital, renseignez-vous sur les conditions appliquées. Attention: la demande doit être faite trois ans avant!

Kim Vallon

5. Pas de provisions pour les charges!

BAIL «J'ai quitté mon appartement avant la clôture du décompte de chauffage annuel. Quelques jours après, je reçois un courrier de la régie me demandant de payer 300 fr. de provisions pour les charges jusqu'au bouclage des comptes. Est-ce légal?»

Non. Cette pratique est contestable. Dans la mesure où le contrat a pris fin, les acomptes provisionnels de charges ne sont plus exigibles contractuellement. Selon l'article 257a al. 2 du Code des obligations, le bailleur peut réclamer des acomptes, à condition que cela soit prévu dans le bail. Mais ces dispositions prennent fin lors de la remise des clés.

De surcroît, le propriétaire n'est autorisé à se faire rembourser des frais accessoires au loyer (chauffage, etc.) que sur la base de ses frais effectifs. Il doit donc présenter un décompte clair et définitif à son locataire. Or, la somme qui vous est réclamée n'entre pas dans ce cadre, puisqu'elle n'est plus basée sur le contrat et ne repose pas sur une facture clairement établie. En revanche, même si vous n'êtes plus dans l'appartement, la régie sera en droit de vous réclamer un éventuel supplément lorsque les comptes seront bouclés, au prorata de la période où vous avez habité les lieux. Le délai de prescription d'une telle créance est de cinq ans.

Silvia Diaz

LE JUGE a dit

Accident ou maladie?

Un randonneur fait une chute fatale en montagne. Il avait préalablement déclaré à ses compagnons de cordée se sentir mal. Sa famille fait valoir qu'il a été victime d'un accident au sens de la loi. L'assureur accidents, de son côté, plaide que la cause principale du décès est une défaillance cardiaque. Le Tribunal cantonal vaudois, soutenu ensuite par le TF, a donné raison à l'assureur: les lésions accidentelles étaient, en l'occurrence, insuffisantes pour entraîner la mort à elles seules, l'insuffisance cardiaque étant la cause principale du décès. Pas d'accident, donc pas de rente pour survivants à la famille. Un arrêt qui illustre bien la difficulté de distinguer l'accident de la maladie. Voilà qui tombe à pic, vu l'absence de jurisprudence récente sur l'incidence d'un état maladif sur un événement accidentel.

ATF 8C_734/2015
du 18 août 2016

Via Sicura: plus de tolérance

Un conducteur a été flashé sur l'autoroute. Selon les nouvelles dispositions de Via Sicura, son excès de vitesse justifiait une condamnation pour délit de chauffard. Condamné à un an de privation de liberté avec sursis par la justice genevoise, le fautif a fait appel. Surprise, le Tribunal fédéral a annulé sa condamnation! Une manière pour la Haute Cour de rappeler qu'elle a récemment desserré d'un cran la vis en faveur des automobilistes exposés aux dures sanctions de Via Sicura et qu'elle n'exclut désormais plus la possibilité d'un très gros dépassement de vitesse non intentionnel.

Arrêt 6B_700/2015
du 14 septembre 2016



Longue vie au jambon

«Est-il normal qu'une barquette de jambon de Parme soit encore consommable plus de deux mois après avoir été achetée?» interroge Fabian Bragante. Ce lecteur peut être tranquille: sur l'emballage, on peut lire que les tranches sont conditionnées «sous atmosphère protectrice». Elles ne sont donc pas conservées dans l'air, mais dans un gaz qui ralentit leur dégradation. La composition de cette atmosphère varie selon les aliments et le film alimentaire utilisé. Ce dernier sera ainsi hermétique pour la viande, le poisson et le fromage, mais poreux pour les fruits et les légumes. chr



Grand-maman et l'alcool

Sympa et instructive, la campagne «Combien?» de l'Office fédéral de la santé publique, disponible sur le site alcohol-facts.ch et dans de nombreuses pharmacies sous la forme d'un lot de cartes assemblées. Grâce à un quiz original, on peut ainsi «assouvir sa soif de connaissances» plutôt que celle de boissons alcoolisées. Exemple: «Qui supporte le moins bien

l'alcool: 1) une grand-maman, 2) un homme amoureux, 3) un éléphant, 4) un PDG?» Réponse 1: «Les personnes âgées ont moins d'eau dans le corps et sont donc plus sensibles aux effets de l'alcool. En outre, elles prennent plus fréquemment des médicaments ayant des effets indésirables quand ils sont associés à l'alcool, ce qui augmente les risques». cc



THAI KITCHEN, L'EAU EST CHÈRE

Coop vend désormais le lait de coco Thai Kitchen sous sa formule «light». Il contient, selon son emballage, 30% de matières grasses en moins que la version classique. Or, en regardant leur composition, on s'aperçoit que les deux produits sont composé d'extrait de noix de coco et d'eau, mais que le berlingot light contient tout simplement un tiers de coco en moins, remplacée par de l'eau, pour le même prix (2.50 fr. les 20 ml). Au lieu d'acheter la version light, mieux vaut donc acheter la brique classique et diluer soi-même le contenu! seb

Intérêts négatifs sur l'épargne

La Banque alternative suisse est la première à oser faire le pas: elle demande un intérêt négatif (- 0,75%) sur les comptes d'épargne des particuliers dès que la somme dépasse 100 000 fr. et n'offre rien au-dessous. Les autres banques sont à peine plus généreuses, puisque les taux varient entre 0,01 et 0,35%. Une générosité encore limitée à 250 000 fr. à Credit Suisse, à 500 000 fr. à Post-Finance, BCBE, Banque Coop, et Banque Wir, qui affichent 0% au-delà. Et la tendance est encore plus marquée avec les comptes d'épargne jeunesse, mieux rémunérés (entre 0,5% et 1,5%), mais jusqu'à concurrence de 20 000 à 50 000 fr. Au-delà, ce sont, le plus souvent, les taux de l'épargne classique qui s'appliquent. cc

BONUS WEB Tableau comparatif des limites de l'épargne de 17 banques et actualisation quotidienne de leurs taux d'intérêts sur bonasavoir.ch



Eau courante: le mieux est l'ennemi du bien

HYGIÈNE ALIMENTAIRE Peut-on remplir sans crainte un verre au robinet? Plongée dans les eaux, plus ou moins douces, des réseaux romands. *Claire Houriet Rime*

1. Responsabilité partagée

L'eau qui coule du robinet est, aux yeux de la loi, une denrée alimentaire. En Suisse, le distributeur est responsable d'acheminer un liquide irréprochable jusqu'aux compteurs des habitations. La responsabilité du propriétaire s'applique, ensuite, jusqu'aux robinets. En cas de doute sur la qualité de l'eau, les démarches varient selon l'âge de la maison.

→ Dans une ancienne maison, on s'adressera à un installateur sanitaire agréé* qui vérifiera l'état et la composition des conduites. On peut également envoyer un échantillon à l'inspecteur cantonal ou à un laboratoire agréé. Attention: cette démarche se fera après avoir convenu avec l'un d'eux du programme d'analyses.

→ Dans les constructions récentes, on approchera le distributeur ou la Société suisse de l'industrie du gaz et des eaux (Ssige) qui enverra un contrôleur sur place.

2. Transparence de mise

Quelle est la composition exacte de l'eau du robinet? Est-elle riche en sels minéraux? Quel est son degré de dureté? Les communes ont l'obligation de communiquer ces informations à leurs citoyens, une fois par année au moins. Elles le font généralement en envoyant la facture, ou sur leur site internet.

La dureté, qui s'exprime en degrés français (F°), dépend de la teneur en calcium et en magnésium (calcaire). Cette indication est utile, notamment pour doser correctement la quantité de lessive ou envisager la pose d'un adoucisseur (*lire ci-contre*). On parle d'eau assez dure entre $25 F^\circ$ et $32 F^\circ$. Elle est dure entre $32 F^\circ$ et $42 F^\circ$ et très dure au-delà de ce seuil.

En Suisse romande, cet indice varie fortement selon la composition de la roche et les eaux exploitées (nappes, sources ou lacs). Sur la carte, les eaux les plus dures se trouvent sur le Plateau où, circulant lentement, elles ont le temps de dissoudre les matériaux du sous-sol. Sans parler des apports d'engrais minéraux de l'agriculture. Les eaux mi-dures à dures épousent grossso modo les flancs calcaires de l'Arc jurassien. Elles sont douces à moyenement dures dans les sols granitiques du Valais et sur les bords du Léman (eaux du lac).



3. Pas indispensable, l'adoucisseur

Quand l'intérieur de la bouilloire blanchit au premier usage, lorsque le robinet semble toujours sale, il est tentant d'installer un **adoucisseur** à l'entrée de l'immeuble pour prévenir l'entartrage du chauffe-eau et des conduites. Cette démarche n'est toutefois pas indispensable pour plusieurs raisons.

→ Une conduite bien dimensionnée est, en quelque sorte, autonettoyante. Avec la pression, le flux emporte les particules de calcaire avec lui.

→ En formant une couche fine à l'intérieur des canalisations, le tartre protège celles-ci de la corrosion.

→ Le calcium et le magnésium présents dans l'eau sont bénéfiques à l'organisme, sans parler du risque d'introduire des bactéries dans le réseau par prolifération de la résine présente dans l'appareil et du sel dans l'eau adoucie.

Selon les inspecteurs des eaux et autres spécialistes, l'adoucisseur est inutile quand le

degré de dureté est inférieur à 30 F°, ce qui écarte d'emblée bon nombre d'habitations en Suisse romande.

Si l'on souhaite tout de même en poser un, l'appareil doit prévenir l'entartrage du chauffe-eau seulement et ne pas traiter l'eau froide destinée au robinet de cuisine. Il doit enfin être régulièrement entretenu et le degré de dureté ne doit jamais descendre en-dessous de 12 F° à 15 F°, afin d'éviter la corrosion des conduites.



4. Laisser couler plutôt qu'injecter

L'eau potable doit être incolore. Si les premières gouttes sont brunes au retour des vacances, il faut s'attendre à ce qu'il y ait de la corrosion dans les conduites: selon la composition de l'acier et si l'eau est trop douce, celle-ci s'attaque en effet au métal. Il suffit alors de laisser couler le robinet quelques minutes avant de se servir. La quantité de fer dans l'eau ne doit pas dépasser 0,3 mg/l, un seuil rarement franchi, selon les experts.

Pour parer à la corrosion, des entreprises proposent d'assainir les conduites par **résine époxy**. Ce revêtement contient deux composants qui durcissent quand on les mélange, ce qui pose plusieurs problèmes.

→ Il est difficile d'assurer que le mélange «prenne» dans tous les recoins des canalisations, sans parler de l'acidité de l'eau et de la température variable qui jouent également un rôle dans le durcissement.

→ Il n'est dès lors pas rare que des résidus s'invitent ensuite dans la carafe, au détriment de la qualité de l'eau.

→ Les revêtements organiques, tels que la résine époxy, favorisent la prolifération des bactéries.

En conclusion, les chimistes cantonaux ne sont généralement pas favorables à cette intervention. De son côté, l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) invite à la prudence. Il a édicté, à ce propos, des directives et la Ssige, une **convention** à faire signer par l'entrepreneur.

5. Côté plomb, c'est nickel

Des métaux lourds dans l'estomac, ce n'est pas très sain. L'eau qui passe par les tuyaux et les robinets contient-elle du plomb? Pas de danger au niveau du réseau: ce métal est interdit en Suisse depuis 1914 et les conduites sont en acier, en fonte ou en matériaux plastiques homologués. En revanche, la robinetterie et, quand il y en a, les réducteurs de pression peuvent perdre des particules de métal. Les valeurs légales de tolérance ne sont toutefois quasiment jamais dépassées.

En cas de doute, on confiera deux prélèvements à un laboratoire certifié: le premier sera effectué le matin en recueillant les premières gouttes, et le second après avoir laissé couler l'eau cinq minutes (contrôle de l'eau du réseau). L'opération coûte entre 120 fr. et 150 fr.

* ↗ **BONUS WEB** Adresses et documents utiles, listes des laboratoires et des ingénieurs sanitaires agréés sur bonasavoir.ch



BON À SAVOIR OU COMPARIS

SWICA occupe une nouvelle fois le haut du classement dans les enquêtes de satisfaction indépendantes et représentatives réalisées par Bon à Savoir et comparis sur les caisses-maladie. Optez sans attendre pour SWICA pour bénéficier, vous aussi, d'une qualité de service hors pair et de solutions adaptées au mieux à votre santé. **Téléphone 0800 80 90 80 ou swica.ch/avantages**

SWICA

Une ménagère pas si efficace et coûteuse à l'entretien

ASPIRATEURS ROBOTS Il s'en vend environ 350 000 par année en Suisse. A priori séduisants, ces appareils ne remplacent pas complètement les modèles traditionnels et peuvent coûter cher à l'entretien.

Christophe Inaebnit

Avec quelque 3 millions d'unités qui circulent dans notre pays, l'aspirateur est l'engin le plus vendu dans la catégorie du petit électroménager. Si les versions dites «traîneau» restent de loin les plus prisées des foyers helvétiques, les robots grappillent toujours davantage de parts de marché. A l'heure actuelle, on estime qu'un appareil sur dix vendus dans notre pays est doté de cette technologie relativement récente.

ÇA MANQUE DE BICEPS

Il est vrai que l'idée de se libérer d'une corvée ménagère est pour le moins séduisante. D'où le succès de ces robots, censés s'occuper des sols en toute autonomie. Mais, à l'usage, on constate qu'ils ne remplacent pas entièrement des modèles «traîneau» traditionnels. Ce n'est peut-être pas pour rien que 80% de leurs propriétaires possèdent également un aspirateur traditionnel dans leur placard!

Il faut dire que ces appareils ont les défauts de leurs avantages. Car, pour qu'ils puissent se faufiler comme des grands un peu partout, leur petite taille est primordiale. Cette contrainte limite incontestablement leurs performances d'aspiration. En effet, les constructeurs doivent caser, dans un volume à peine plus généreux que deux grandes bouteilles d'eau, toute une série d'éléments: turbine, réservoir à poussières, filtre, brosses rotatives, moteurs d' entraînement, capteurs, «cerveau» électronique et tableau de bord. Sans oublier la batterie qui est censée animer l'ensemble pendant 60 minutes environ.

On comprend donc que les robots ne peuvent pas être équipés d'une turbine d'aspiration aussi vigoureuse que celle de leurs cou-



Gare aux pannes qui peuvent coûter très cher si le robot s'encrasse ou perd la boule!

sins à traîneau. Sur ces derniers, cet élément essentiel a une puissance d'aspiration environ 50 fois supérieure. Et, comme la taille de la turbine influence sa vitesse de rotation et ses performances globales, la force exercée pour soulever la poussière jusqu'au sol n'est pas comparable. C'est pour cette raison que ces petits robots font certes très bien leur job lorsqu'il s'agit de ramasser quelques débris et des miettes. Mais ils ne remplacent pas le passage ponctuel d'un vrai aspirateur.

ENCRASSEMENT DOULOUREUX Ce qu'il faut savoir aussi, c'est que les pannes rencontrées sur ces produits sophistiqués peuvent être coûteuses. D'abord, il y a la batterie qui, par nature, a une durée de vie limitée. Dans la majorité des cas, son remplacement est à la portée de son utilisateur, limitant ainsi les frais d'intervention. Mais une batterie de remplacement coûte néanmoins entre 80 fr. et 120 fr. selon la marque et le modèle.

Ensuite, d'autres éléments comme le moteur, les axes ou les

déTECTEURS du système de navigation, ont tendance, à la longue, à accumuler de la poussière et d'autres débris aspirés. Ces amas peuvent provoquer des pannes, telles que blocage de roue ou de brosse, voire même des dysfonctionnements du système de navigation si un mauvais contact ou un encrassement affecte un détecteur. Dans ce cas, un démontage et un nettoyage du mécanisme suffisent souvent à redonner vie à la bête pour un coût oscillant entre 80 fr. et 160 fr. selon l'état.

QUAND IL PERD LES PÉDALES

Le cerveau électronique du petit robot peut aussi se mettre à délicher ou à rendre l'âme. Et, là, c'est une tout autre chanson. Il est généralement nécessaire de le remplacer avec un devis qui peut faire très mal: le coût de la carte électronique – à condition qu'elle soit disponible – peut grimper jusqu'à 400 fr., auxquels il faudra ajouter une bonne centaine de francs de main-d'œuvre. Au final, la résolution d'une telle panne revient entre 280 fr. et 500 fr. selon la marque et le modèle.

En conclusion, ces petits bijoux technologiques ne sont pas aussi magiques qu'ils ne le paraissent. Avant de succomber à leur charme, mieux vaut se souvenir qu'ils ne remplacent pas complètement un aspirateur traditionnel. Et que leur conception sophistiquée peut réservier quelques factures gratinées en cas de panne. Il n'est donc pas inutile de s'informer de la disponibilité des accessoires (batterie, brosses, etc.) et des pièces de rechange avant de passer commande.

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



Une caisse-maladie online simple



Conseil personnalisé



Voici ce que nous entendons par «caisse-maladie online simple»:

À la CPT, vous souscrivez votre assurance de base online en quelques clics. Vous photographiez vos factures médicales à l'aide de l'**app CPTnet** et les envoyez immédiatement online. Enfin, vous pouvez accéder à vos données et à vos documents à tout moment sur la plate-forme CPTnet et via l'app CPTnet.

Et ce que nous entendons par «conseil personnalisé»:

Votre conseillère clients personnelle vous connaît, sait quels sont vos besoins et répond à vos questions. Vous pouvez la joindre par téléphone et online, y compris via la plate-forme CPTnet et l'app CPTnet. Comme bon vous semble.

Vous trouverez de plus amples informations sur **kpt.ch**

LU pour vous**Rénover, isoler, à quel prix?**

La moitié de l'énergie consommée en Suisse est dévolue au domaine du bâtiment. Comment optimiser l'habitat pour diminuer notre consommation de kWh? La deuxième édition du *Guide de la rénovation énergétique*, actualisée et remaniée, aide les propriétaires à trouver les réponses adéquates quand la bise s'invite au salon. Car l'équilibre entre économie et écologie ne va pas de soi. L'ouvrage aborde explicitement les principaux enjeux dans ce domaine complexe, de la physique du bâtiment aux étapes de la rénovation en passant par la planification financière et fiscale des travaux. Les auteurs proposent aussi quelques pistes concrètes pour baisser la note de chauffage sans bourse délier. *chr*



«Guide de la rénovation énergétique»,
Propriétaires services,
Chambre vaudoise
immobilière (CVI),
2016, 45 fr. (35 fr. pour
les membres de la CVI).

Un livre pour mieux respirer

Prendre une bonne bouffée d'air frais, ça ne va pas de soi pour tout le monde. En Suisse, 400 000 personnes sont atteintes d'une maladie respiratoire chronique, dont la plus répandue, la bronchopneumopathie obstructive (BPCO), touche principalement les fumeurs. Présenté comme un carnet de bord avec une reliure à spirale, ce petit livre rédigé par des thérapeutes expérimentées aide les patients à vivre au mieux avec la maladie. Richement illustrée, la partie théorique explique le fonctionnement de l'appareil respiratoire. Le volet pratique – hygiène de vie, examens et médication, exercices physiques, relaxation et astuces au quotidien – s'adresse aux patients et à leur entourage. L'ouvrage est complété par un DVD de gymnastique et de relaxation à domicile, dans le but de pratiquer une activité physique régulière et de gérer au mieux son stress. *chr*

Françoise Licope et Claudia Lessert,



«Objectif souffle –
Livre de bord
du malade
respiratoire
chronique»,
Planète santé,
2016, 32 fr.

Top 3**ORDINATEURS COMPACTS**

Stiftung Warentest a comparé 11 miniordinateurs de bureau en examinant leurs performances (40%), leur confort d'utilisation (25%), leur polyvalence (20%) et leur respect de l'environnement (15%). Tous sont vendus à un prix inférieur à 1000 fr. Quatre obtiennent l'appréciation «bon». Le dernier d'entre eux, le *Mac Mini* d'Apple, laisse échapper le podium en raison de performances simplement satisfaisantes en matière de jeux 3D et de multimédia. Rappelons qu'il est souvent impossible, sur ces modèles compacts, de remplacer ou d'ajouter des composants pour faire évoluer son ordinateur. En la matière, les modèles avec tour sont préférables, même si'ils sont plus encombrants.



Stiftung Warentest, test.de

1. Fujitsu
Esprimo Q556,
730 fr.
2. Dell OptiPlex 3040
MFF (3040-2734),
513 fr.
3. Lenovo
ThinkCentre M700
Tiny (10HY002NGE),
535 fr.

Top 3**TAMPONS HYGIÉNIQUES**

On les soupçonne depuis plusieurs années de renfermer des substances toxiques. Chose d'autant plus problématique qu'ils entrent en contact avec les muqueuses vaginales. Les résultats de l'enquête de nos confrères du magazine *Test Santé* sont, heureusement, rassurants: seuls deux produits (*Tampax Pearl regular* et *Natracare Cotton organic regular*) n'ont pas obtenu la note maximale au critère des substances indésirables. Mais celles-ci étaient en quantité tellement faibles qu'elles ne représentent pas de réel danger. La capacité d'absorption, la résistance du cordon, la perte de fibres et l'appréciation d'un panel de testeuses ont également servi à départager les tampons. O.b. classe deux de ses produits en tête. Ils devancent le 3^e du test grâce à une absorption plus efficace.



Test santé (10-11/16), testachats.be

1. o.b.
Tampon normal,
4.95 fr. / 40 pces
2. o.b.
ProComfort normal,
4.95 fr. / 32 pces
3. Tampax
Compak Pearl Regular,
4.95 fr. / 18 pces

Top 3**MACHINES À COUDRE**

Le prix n'est pas un critère décisif pour acheter une bonne machine à coudre: telle est la conclusion d'un test du magazine *Que Choisir*, qui a évalué dix-sept appareils sous toutes leurs coutures. Les deux machines qui terminent en tête, de la marque Brother, ont obtenu une évaluation «bon» ou «très bon» à la totalité des critères. L'*Innov-is 15* est une version plus basique de l'*Innov-is 55*. Elle coûte 120 fr. de moins que sa grande sœur, tout en obtenant une note inférieure de trois dixièmes seulement (16.2/20). La plus chère (*Husqvarna Opal 650*) est reléguée en 14^e position, soit derrière deux appareils vendus moins de 200 fr. (*SilverCrest SNM 33 B1* et *Brother J14*).



Que choisir (10/16), quechoisir.org

1. Brother
Innov-is 55,
499 fr.
2. Brother
Innov-is 15,
379 fr.
3. Pfaff
Passport 2.0,
699 fr.

Top 3**BERLINES COMPACTES**

Dans son édition d'octobre, *Test Achats* a passé en revue le comportement, l'équipement, le confort de conduite, la sécurité et la fiabilité de vingt-trois berlines compactes. Si la *BMW Série 1* l'emporte devant l'*Audi A3* et la *Peugeot 308* au classement général, le magazine propose aussi un podium différencié en fonction des besoins des utilisateurs. La *Seat Leon* l'emporte pour ceux qui transportent souvent des passagers, la *Nissan Pulsar* pour ceux cherchant le confort, l'*Audi A3* pour qui circule souvent en ville, la *Honda Civic* pour le transport fréquent de matériel et la *Volvo V40* pour les grands voyages. *vic*



Test achats (10/16), test-achats.be

1. BMW Série 1,
32 600 fr. ⁽¹⁾
2. Audi A3,
32 750 fr. ⁽¹⁾
3. Peugeot 308,
19 400 fr. ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Prix catalogue du modèle 5 portes le moins cher

MEILLEURS PRIX
trouvés en ligne ou
dans les commerces.

Des jets en veux-tu en voilà

POMMEAUX DE DOUCHE Ils sont solides et relativement faciles à nettoyer. Mais leurs jets ne sont pas toujours très agréables. Lukas Bertschi / bu

Vous êtes à l'hôtel, la chambre est magnifique, le lit est moelleux et la douche... ne laissez passer qu'un mince filet d'eau. Cette situation, que presque tout le monde a déjà vécue en vacances, n'a aucune raison d'être à la maison. Un pommeau peut facilement et rapidement être remplacé.

Dans les rayons, la gamme de produits est large, mais impossible de les essayer! Pour

savoir lesquels sont les plus confortables, robustes et faciles d'entretien, nous en avons confié quinze à un laboratoire spécialisé (*lire encadré «Les critères du test»*). Les résultats sont clairs: les deux tiers des articles sont jugés «bon» ou «très bon». Pour les autres, qui ont obtenu la mention «satisfaisante», c'est principalement le confort et le maniement qui a

CONFORT ≠ DÉBIT D'EAU ÉLEVÉ

Le gagnant du test est le *Croma 100 Multi Ecosmart* de la marque Hansgrohe. Il obtient de bonnes notes dans tous les critères. Mais, avec un prix de 69 fr., c'est aussi un des modèles les plus onéreux. Le deuxième du classement, le *Deco-Line my Rain* de Obi, coûte quatre fois moins cher. Ses différents jets sont très confortables, mais il perd des points à cause d'arrêts



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	HANSGROHE	OBI	NIKLES	SANISCAPE	GROHE	SANISCAPE
Désignation	Croma 100 Multi Ecosmart	Deco-Line my Rain	XL Techno 120	Daily 5	Vitalio Comfort 100	Daily Top Lexus
Acheté chez	Obi	Obi	Do it + Garden Migros	Landi	Do it + Garden Migros ⁽⁴⁾	Landi
Prix payé	69 fr.	16.50 fr.	69.90 fr.	14.90 fr.	49.90 fr.	18.90 fr.
Nombre de jets différents	3	5	4	5	3	5 (3 ⁽³⁾)
Débit d'eau à une pression de 3 bars	8,6 l/min	9,7 l/min	11,8 l/min	4,8 l/min	7,1 l/min	8,9 l/min
1. Confort et maniement	70%⁽¹⁾					
→ Confort avec jet standard	50% ⁽²⁾					
→ Utilisation des autres jets	30% ⁽²⁾					
→ Réglage des autres jets	10% ⁽²⁾					
→ Ergonomie, prise en main	10% ⁽²⁾					
2. Robustesse	10%⁽¹⁾					
3. Tarire	10%⁽¹⁾					
4. Entretien	10%⁽¹⁾					

NOTE FINALE ET APPRÉCIATION

	HANSGROHE	OBI	NIKLES	SANISCAPE	GROHE	SANISCAPE
5.6	5.4	5.3	5.2	5.2	5.2	5.0

Si la note est identique, classement selon le prix.

⁽¹⁾ Pondération pour la note finale.

⁽²⁾ Pondération interne au critère.

⁽³⁾ Nombre de jets identifiés par le laboratoire.

vives sur son manche. Il retient, de plus, assez facilement le tartre.

En revanche, ces deux produits ne sont pas les plus économies, avec un débit mesuré qui avoisine les 10 litres d'eau par minute. Le Saniscape *Daily 5*, de Landi, prouve qu'il est possible d'avoir un jet agréable, tout en étant plus écologique. Il n'utilise que 4,8 l d'eau à la minute et obtient pourtant une note similaire. Vendu pour moins de 15 fr., il propose, en outre, plusieurs types de ruisselements très différents les uns des autres.

ILS NE CRAIGNENT PAS LES CHUTES

Le jet standard de certains pommeaux est si faible qu'il rend le passage sous la douche désagréable. C'est particulièrement le cas des *Malaita* et *Jaguar*, des marques Diaqua et Mood. La *Douchette Crystal chrome*, vendue à Coop Brico+Loisirs, consomme, elle, plus de 10 litres par minute. Pourtant, comme la dispersion de l'eau n'est pas uniforme, elle a été jugée peu confortable. Ses composants présentent, de plus, des arrêtes vives.

Bonne nouvelle pour la robustesse des articles testés: même lâchés à 20 reprises depuis une hauteur de 80 cm, ils étaient tous encore pleinement fonctionnels. Certains portaient des éraflures et d'autres ont perdu la pièce réduisant le débit d'eau.

Mais celle-ci a pu, dans tous les cas, facilement être remise en place.

RÉACTIONS DES FABRICANTS

Contacté, Jumbo écrit que la *Douchette Duoline* de Mood a été supprimée de son assortiment. L'enseigne précise que des stocks restants peuvent néanmoins encore se trouver dans les rayons. Elle prévoit, par ailleurs, de faire de nouveaux tests pour la *Jaguar*.

Le fabricant Diaqua promet, quant à lui, d'améliorer sa *Malaita*, en augmentant probablement son débit d'eau. La marque prévoit aussi de réexaminer sa *Exclusive Baronessa Ghiera*, qui, au contraire, est un peu trop gourmande (12,1 litres par minute).

Durant les tests, les experts n'ont réussi à utiliser que trois des cinq options de jets annoncées sur l'emballage de la *Daily Top Lexus* de Saniscape. Le fabricant explique que le pommeau dispose, en réalité, de trois positions fixes et de deux réglages intermédiaires.

Enfin, selon Coop, les *Palma chrome* et *Crystal chrome* sont populaires auprès de leurs clients. Elle vérifiera néanmoins la qualité de ces deux articles lors de leurs prochains examens internes.

NOUVEAU  **GUIDE D'ACHAT**
A retrouver sur bonasavoir.ch

En détail

Les critères du test

1. Confort et maniement: 70%

Trois experts ont comparé le confort et le bruit du jet standard des quinze produits en lice. Ils se sont aussi penchés sur l'utilité des différents types de jets et leur facilité d'utilisation. L'ergonomie des pommeaux a également été prise en compte.

2. Robustesse: 10%

Les douchettes échappent facilement à des mains savonneuses. Le laboratoire a donc simulé des chutes d'une hauteur de 80 cm. Chaque article a été examiné après 2, 10 et 20 impacts. La conception et les finitions de chaque produit ont également été analysées.

3. Tartre: 10%

Le laboratoire a laissé couler de l'eau dans chaque pommeau durant 30 secondes, suivi de 19 minutes de pause. A l'issue de 2500 cycles, les experts ont constaté les différences d'entartrage.

4. Entretien: 10%

A la suite du test du tartre, c'est la facilité du nettoyage des différentes pièces qui a été comparée.



DO IT + GARDEN	DIAQUA	GROHE	QUALITÉ & PRIX	DIAQUA	MOOD	DIAQUA	QUALITÉ & PRIX	MOOD
Poignée douche Varioline	Exclusive Baronessa Ghiera	Vitalio Start 100	Douchette Palma chrome	Douchette Ulong PCR	Douchette Duoline	Douchette Malaita	Douchette Crystal chrome	Douchette Jaguar
Do it + Garden Migros	Hornbach ^(5, 6)	Do it + Garden Migros	Coop Brico+Loisirs	Hornbach ⁽⁶⁾	Jumbo	Jumbo	Coop Brico+Loisirs	Jumbo
26.50 fr.	33.60 fr.	37.90 fr.	15.95 fr.	15.90 fr.	11.95 fr.	26.90 fr.	9.40 fr.	31.90 fr.
3 (5 ⁽³⁾)	3	2	3	3	2	5	2	3
6,3 l/min	12,1 l/min	5,7 l/min	5,2 l/min	4,9 l/min	9,9 l/min	2,6 l/min	10,1 l/min	3,3 l/min
5.0	5.0	4.8	4.6	4.7	4.3	4.2	4.2	4.1
5.0	5.2	5.0	4.2	5.0	4.2	3.8	4.2	3.8
5.0	4.6	4.6	5.0	4.6	4.4	4.2	4.0	3.8
4.8	5.4	4.4	5.0	3.4	3.8	5.2	4.4	5.4
5.0	4.8	5.2	5.0	5.0	5.0	5.4	5.0	5.2
4.8	5.6	5.4	4.8	4.6	4.4	4.8	3.6	4.8
4.8	4.0	5.6	5.6	4.8	5.2	4.0	4.4	3.6
5.0	5.2	5.6	5.2	5.0	5.0	4.8	4.6	4.6
5.0 	5.0 	5.0 	4.8 	4.7 	4.5 	4.3 	4.2 	4.2 

Dominique Schatz

Egalement disponible chez: ⁽⁴⁾ Obi; ⁽⁵⁾ Coop Brico+Loisirs; ⁽⁶⁾ Jumbo.

Test réalisé en partenariat avec K-Tipp.



AVEC MON LEGS, AVEC VOTRE LEGS, LE CICR POURRA POURSUIVRE SA MISSION.

Par un legs au CICR, vous contribuez à changer le destin de toutes ces familles touchées par la violence partout dans le monde.

Marie-Jo Girod

Responsable legs et dons

Tél.: 022 730 33 76

E-mail : mgirodblanc@icrc.org

Site : www.cicr.org/legs



CICR

DEMANDEZ LA DOCUMENTATION

(EN TOUTE CONFIDENTIALITÉ ET SANS ENGAGEMENT)

Complétez et renvoyez ce coupon au CICR à l'adresse indiquée ci-dessous.

Je souhaite recevoir la brochure sur les legs

M^{me} M. Nom

Prénom

Adresse

NPA

 Lieu

Pays



Comité international de la Croix-Rouge
Division recherche de fonds privés
19, avenue de la Paix
1202 Genève – Suisse

Tél. : 022 730 33 76
Site : www.cicr.org/legs



Swiss en mode furtif

A propos de notre article «Une indemnité au forceps» (10/16)

Jai lu avec intérêt votre sujet consacré aux vicissitudes rencontrées par une lectrice genevoise pour se faire rembourser les frais d'un vol annulé par Swiss. J'ai vécu la même aventure en septembre, avec une liaison Florence-Genève, annulée l'après-midi même. J'ai écrit à Swiss pour me faire rembourser. Je n'ai jamais reçu de réponse...
Maud Kraft

Nous vous suggérons de contacter l'OFAC, à l'adresse suivante, pour faire bouger votre dossier: Office fédéral de l'aviation civile, Droits des passagers, case postale, 3003 Berne.

La rédaction

Pierre d'alun pas si blanche

A propos de notre brève «Cancer du sein: les déos coupables» (10/16)

Selon mes informations, il y a deux sortes de pierre d'alun: ammonium alum (synthétique) et potassium alum (naturelle). Cette dernière ne serait pas nocive, du fait que son aluminium ne se fixe pas sur la peau et s'élimine par la transpiration ou au moment de la douche. Son action est cutanée. Elle ne passe pas dans le sang.
Roger Brusau

Contrairement à ce que l'on peut lire dans des articles sur le sujet, le Dr André-Pascal Sappino nous a affirmé que la pierre d'alun à base de potassium d'alum génère les mêmes molécules que les déos avec sels d'aluminium traditionnels. Mais il est vrai que la concentration est sensiblement moins élevée.

La rédaction

Pas pour tous, la propriété!

A propos de notre article «Assurances-banques: match nul, ou presque...» (9/16)

L'éclairage sur les conditions d'octroi d'un prêt hypothécaire est vraiment pertinent, dans un contexte où l'on incite les gens à «acheter un bien compte tenu des taux particulièrement bas». Mais celui qui envisage de se lancer n'est pas encore passé à la banque et il déchantera. Je n'arrive pas à comprendre que le monde de l'immobilier ne soit pas encore monté aux barricades pour contester les décisions de la Finma. En effet, le seul placement rentable, actuellement, est l'investissement pour les riches en devenant propriétaire de PPE pour la location. Et là, ils ne vont pas avec le dos de la cuillère en fixant le loyer, s'assurant ainsi un revenu confortable.
Estelle Schmidheiny

Ecart de primes farfelu

A propos de notre article «Le prix d'une chambre d'hôpital rien que pour soi» (9/16)

Votre sujet est très informatif, surtout pour ceux qui prennent de l'âge. Je suis cependant étonnée que le Groupe Swica pratique des prix qui sont parfois quatre à cinq fois supérieurs aux autres assureurs, que ce soit en section demi-privée ou privée, sans que vous donniez une quelconque explication à ce sujet. Ces tarifs si élevés doivent bien être basés sur des raisons qui sont sans doute inconnues du grand public.

Maryse Muzenga

Il y a, hélas, peu d'explications à donner à ce sujet. Comme les complémentaires dépendent de la loi sur le contrat d'assurance (LCA), les caisses ont une énorme marge de manœuvre. Ainsi, certains assureurs peuvent avoir peu d'intérêt pour tel ou tel canton, et donc afficher des prix élevés. Et c'est le serpent qui se mord la queue: comme les primes sont hautes, le nombre d'assurés est restreint. Et, pour peu que cet effectif contienne quelques cas «lourds», les tarifs ne cessent d'augmenter.
La rédaction

Pesticides à intensité variable

A propos de notre test «Du vinaigre au prix de grands crus» (1/16)

Jai remarqué que le balsamique Acentino est considéré comme «bon», tout en étant pénalisé par une certaine teneur en pesticides. Peut-on dès lors considérer que ce produit est «bon» en raison d'un niveau de pesticides non nocif pour la santé?
Christophe Jaeggi

Dans ce test, la présence de pesticides n'était pas le seul critère déterminant. L'Acentino a ainsi reçu une note de 5.2 pour la teneur en sulfites et de 6 pour la présence de cuivre, soit une moyenne de 5.6. Note qui a été pénalisée de 0.2 point pour la présence d'un pesticide à une concentration supérieure à 0,01 mg/kg. Cela ne veut pas dire que les pesticides sont les bienvenues dans nos assiettes, mais simplement que la présence de l'un d'eux à une teneur supérieure à 0,1mg/kg ne suffit pas à juger un produit mauvais. Les balsamiques qui ont reçu les moins bonnes notes contenaient, eux, beaucoup plus de cuivre et de sulfites, plusieurs pesticides, de l'ochratoxine A et du 4-méthylimidazole.

La rédaction

Structure des prix électrifiante

A propos de notre article «Ecart grandissant dans le prix de l'électricité» (10/16)

Cest un sujet très intéressant. Mais, il faut bien séparer le prix de l'électricité consommée, les taxes d'utilisation des réseaux régional et national (Swissgrid) ainsi que les taxes publiques et les émoluments qui représentent, par exemple, le 51% de la facture chez Romande Energie. Pour le client consommateur, c'est vrai que ce décompte est un peu compliqué à comprendre.
André Durussel

En effet, le prix de l'électricité dépend de quatre composants: le tarif d'utilisation du réseau, le prix de l'énergie, les redevances publiques (canton et commune) ainsi que les redevances fédérales (RPC, etc.). Mais, pour ne pas complexifier le sujet qui pourrait faire l'objet d'un volumineux dossier, nous avons pris le parti de ne comparer que le prix final payé par le consommateur.

La rédaction

Le sachet vert qui rend mûr

A propos de notre article «Petits mais costauds» 9/16

Vous avez fait toute une étude sur les sacs poubelles, mais qu'en est-il de ceux destinés au compost? En effet, les sacs verts – propres et solides – ont disparu en catimini au profit des boîtes avec rouleaux de sacs à compost de 7 l ou de 16 l. C'est une catastrophe, car ces sachets se désintègrent au point que l'on doit en prendre un deuxième pour éviter que le récipient (poubelle verte) ne soit plein de liquide! *Joyce El Eini*

Tension sur les prix

A propos de notre article online «Appareils médicaux: comparez les prix!» du 19.9.16 sur [bonasavoir.ch](#)

Je me permets d'apporter un peu d'eau à votre moulin en spécifiant que cette comparaison doit se faire également pour toutes sortes d'autres appareils. Voici un exemple tout simple: mon tensiomètre au poignet a rendu lâme après huit ans de bons services. Connaissant bien son maniement, j'ai opté pour le même fabricant (Omron). Mon ancien modèle était un «R6», qui a été remplacé par le «RS6». Dans ma pharmacie ou sur le site internet d'officines suisses, son prix s'élève à 150 fr. environ. Or, je l'ai trouvé à moins de 67 fr. sur Amazon en France, frais de livraison compris. Certes, on sait que la France est moins chère que la Suisse en matière de santé. Mais une pareille différence s'apparente plus à du vol ou à de l'escroquerie pour le consommateur helvétique. *Robert Matter*

Une eau s'évapore des étals romands

A propos de notre article «Résidus de PET, pesticides et édulcorants inclus» (9/16)

Je tiens à vous signaler que l'Eptinger ne figure plus dans l'assortiment de Denner. Elle aurait été supprimée en raison du manque de demande. C'est la réponse qu'une succursale m'a donnée. *Antigone Askitoglu*

Vous avez parfaitement raison. Denner nous a confirmé qu'elle ne diffuse désormais plus ce produit sur le marché romand. *La rédaction*

Balades estivales grâce au forfait de ski

Précision à propos de notre comparatif «Il est souvent difficile d'amortir un abo de ski à la saison» (10/16)

Pour attirer la clientèle hivernale dans les stations durant l'été, plusieurs domaines skiables ont récemment étendu la validité de leurs abonnements saisonniers à l'année entière, comme nous l'avons constaté lors de notre enquête d'octobre dernier. Les installations ouvertes l'été sont donc gratuites pour les détenteurs de ces forfaits. C'est notamment le cas des stations du Pays du St-Bernard, des Marécottes, d'Orvonnaz ou de Moléson, comme indiqué au bas de notre tableau. En revanche, nous avons omis de préciser que c'est aussi le cas à Anzère et dans le val d'Anniviers. Le tableau sur notre site internet a été adapté dans ce sens. *La rédaction*

**Post-scriptum****Randonneurs exclus, chasseurs bienvenus**

Dans un petit pays comme la Suisse, les conflits d'utilisation du territoire entre adeptes des loisirs de plein air et faune sauvage sont inévitables. Pour limiter le dérangement des animaux, la Confédération et les cantons délimitent des secteurs dans lesquels les activités humaines sont limitées, voire interdites. Il est notamment défendu, en toutes saisons, de quitter les chemins balisés dans le Parc national. La pratique des sports d'hiver est, en outre, proscrite dans les districts francs fédéraux et les zones de tranquillité pour la faune.

Leur multiplication commence à provoquer une levée de boucliers au sein des associations sportives. Le Club alpin suisse s'est ainsi opposé à deux nouvelles zones valaisannes – créées pour compenser deux installations mécaniques destinées au ski alpin – et s'inquiète des nombreuses courses qui deviendront hors la loi lorsque le nouveau Parc national de l'Adula (TI) sera créé. Le milieu du VTT proteste, lui, contre l'interdiction d'accès au vallon de Réchy, qui a entraîné la disparition d'un itinéraire mondialement réputé.

Libérés de la présence des indésirables, la faune se la coule-t-elle douce? Même pas! En raison de la surpopulation de certaines espèces, notamment des cerfs, les chasseurs sont appelés à la rescoufse pour réguler leur population. Depuis plusieurs années, des volets sont ouverts dans ces espaces normalement protégés. Ironie du sort? En 2016, trois d'entre eux l'ont justement été dans les nouvelles zones de Grimentz et Nendaz (VS) où, dans le même temps, on promet une amende salée aux skieurs qui pointeront le bout de leurs lattes! Même chose en 2014 dans le vallon de Réchy. Chassez le randonneur et le chasseur revient au galop...

Entraver la liberté individuelle est une décision grave. A fortiori lorsque l'atteinte touche la montagne, territoire symbolique souvent considéré comme le dernier espace de liberté. En estimant qu'un individu gêne davantage lorsqu'il est armé d'une paire de raquettes que d'un fusil, les autorités donnent l'impression que ces zones de protection ne sont rien d'autre, au fond, que des chasses gardées.

Vincent Cherpillod

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

Votre avis nous intéresse.

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

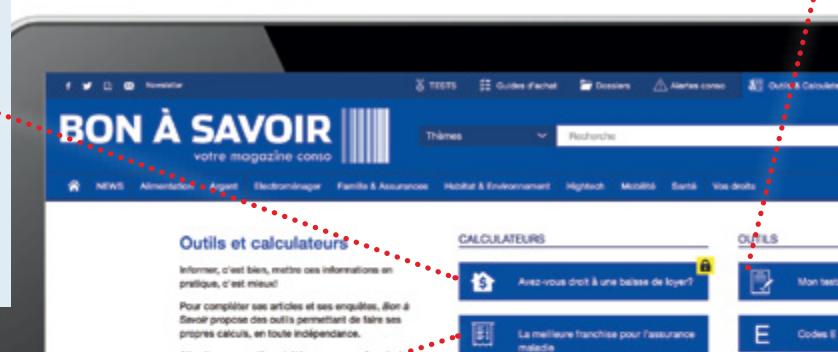
→ *info@bonasavoir.ch*

Zoom sur la page...

Avez-vous droit à une baisse de loyer?

Prenez votre bail, la dernière notification de baisse ou de hausse de votre loyer (si vous en avez reçu une), et suivez le guide...

Informer, c'est bien. Mettre ces informations en pratique, c'est mieux! Ça tombe bien, notre site web regorge d'outils et de programmes pour faciliter la vie des consommateurs. Voyons cela de plus près, en allant faire un tour sur la page «**OUTILS & CALCULATEURS**».



La meilleure franchise pour l'assurance maladie

D'un simple clic, comparez l'économie ou le supplément que vous aurez à payer par rapport à la franchise minimale.

Calculez le prix de votre leasing

En Suisse, plus de la moitié des véhicules neufs sont vendus en leasing. Nos conseils et nos calculateurs vous aident à trouver la meilleure solution de leasing, selon votre situation.

Mon testament

Prévoir de votre vivant ce que vos héritiers recevront le moment venu peut leur éviter bien des soucis. Mais, l'exercice doit être réalisé dans les règles de l'art et en respectant la loi. Le programme exclusif «*Mon testament*» permet de rédiger vos dernières volontés simplement et efficacement.

Codes E

Les aliments sont de plus en plus «complétés» avec des additifs (colorants, conservateurs, affermissants, exhausteurs de goût, etc.), souvent mentionnés sur l'étiquette par un code «E» suivi de trois à quatre chiffres. Avec notre outil, décodez ce que l'industrie tente de vous cacher (risques encourus, contre-indications, allergies possibles, etc.).

Quelle maison par rapport à mon loyer?

Ce programme calcule automatiquement la somme à financer, vos besoins en fonds propres et le prix d'achat possible de votre futur logement.

— Prochain numéro N° 12 | Dès le 30 novembre 2016 —

SPRAYS IMPERMÉABILISANTS Contiennent-ils toujours autant de substances nocives?

NETTOYANTS POUR FOUR Cinq produits sur dix sont jugés «bon»

— Suivez-nous —



Bon à Savoir
Réagissez,
partagez,
commentez,
envoyez-nous
des messages.



@mag_bonasavoir
Nous savons aussi
gazouiller.



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 18 h (17 h le vendredi)
✉ info@bonasavoir.ch
✉ CP 150, 1001 Lausanne

Service abonnements

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



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

NETTE VICTOIRE AUX POINTS

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

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