



D'où vient l'ambulance?

CANTON DE VAUD	362.50
CANTON DE GENÈVE	432.05

Robert est retraité. Il a fait un AVC à Nyon. Le 144 envoie une ambulance vaudoise. Robert paie alors 362 fr. 50, soit 50% du forfait de son canton. Si aucune ambulance vaudoise n'avait été disponible, un véhicule se serait déplacé de Genève. Le Nyonnais aurait dû alors payer 432 fr. 05. Dans les deux cas, franchise et quote-part sont aussi à sa charge.



Urgence vitale ou non?

TRAUMATISME CRÂNIEN + AVC	950.-
NEZ CASSÉ + ACCOUCHEMENT	1400.-

Jean, de Delémont, souffre d'un trauma crânien. Manque de chance, il fait un AVC six mois plus tard. Les deux urgences sont vitales, en priorité 1. Chaque transport coûte 950 fr. et la LAMal prend en charge la moitié jusqu'à un plafond de 5000 fr. par an. Ici, la facture totale s'élève à 1900 fr. et l'assuré ne paie que la moitié des factures. Eve, de Courendelin, se casse le nez. Dix mois plus tard, elle appelle le 144 pour son accouchement sans complication. L'assurée est transportée deux fois pour des motifs sans urgence vitale. Le prix du transport reste le même (950 fr.), l'assurance prend en charge la moitié mais jusqu'à 500 fr. maximum, car nous sommes en priorité 2. Ici la facture totale de 1900 fr. sera en grande partie à la charge de l'assurée.



Assurance accident ou maladie?

SALARIÉE	0.-
MÈRE AU FOYER	475.-

Yvonne et Zoé chutent à ski aux Bugnenets (NE). Les frais de sauvetage seront donc de 950 fr. Mais pour Yvonne, salariée, la totalité sera prise en charge par son assurance-accident (LAA). Elle n'aura rien à déboursier de sa poche. Quant à Zoé, mère au foyer couverte en LAMal, elle devra payer 50% de la facture, en plus de s'acquitter de sa franchise et des 10% de quote-part.



Détail des prestations tarifaires par canton
► frc.ch

Livre

Équilibré rime avec simplicité

Sevan Pearson

Un nouvel ouvrage pour cuisiner en famille.



A quoi ressemble une assiette équilibrée, aux saveurs qui plaisent aux enfants, qui rompt avec la monotonie sans qu'on soit à court d'idées? L'équation peut paraître complexe. La solution se trouve dans *1001 recettes équilibrées pour petits et grands gourmets*, qui sort de presse sors ce mois.

L'idée: composer un plat grâce à trois volets qu'on égrène selon ses envies pour associer une recette à base d'un aliment riche en protéines, avec un farineux et des fruits et légumes. En jouant avec les volets, on obtient des milliers de variations expliquées pas à pas. «Le graphisme, ludique, invite les enfants à mettre la main à la pâte», souligne Alexia Fournier Fall, coordinatrice de la Commission de prévention et de promotion de la santé des cantons latins.

Initialement publié au Tessin, le livre a été adapté pour correspondre aux goûts des Romands et de leurs spécificités culinaires. Cette version est le fruit de la collaboration entre la Haute Ecole de santé de Genève et les cantons de Fribourg, Genève et du Valais. La Société suisse de nutrition a aussi apporté sa contribution.

Cerise sur le gâteau: un livret annexe plein d'astuces pour tenir compte de l'âge des enfants, des saisons et pour manger dans le respect de l'environnement, tout cela n'aura plus de secrets pour vous! L'équation est donc résolue. ■



Commandes:

hesge.ch/heds
ou par tél. au
022 388 56 00

Prix: **25 fr.**
(+ frais de port)