

CH'S Bull'

BULLETIN D'INFORMATION DU RÉGIME D'ASSURANCE MALADIE DU CERN

No. 55 – DÉCEMBRE 2025



PRÉVENTION

Prévenir les blessures dues aux sports d'hiver



INFORMATION

Frontaliers:
La procédure de droit d'option



MESSAGE UNIQA

Cataracte:
information



INFORMATION

Équipe du
HelpDesk
d'UNIQA



ÉDITORIAL

Chers Membres,

La fin d'année pointe déjà son nez, avec ses escapades en montagne, ses descentes à ski, ses moments chaleureux en famille ou entre amis. Autant d'instants précieux, à savourer pleinement... mais qui ne sont pas sans quelques pièges : une mauvaise chute ou un accident peuvent vite ternir la fête. C'est pourquoi, dans ce numéro, notre Service médical vous livre un guide pratique pour anticiper les risques liés aux sports d'hiver — et surtout apprendre à les éviter.

Vous découvrirez également une actualité importante concernant le bureau d'UNIQA au CERN. Après une parenthèse au bâtiment 55, il a intégré en octobre dernier son emplacement définitif dans le bâtiment principal, tout près de son ancien local.

Rappelons-le : L'équipe UNIQA reste à vos côtés. Que ce soit par téléphone, par mail ou directement sur place, n'hésitez jamais à solliciter Mathilde ou Oliver. Le Règlement d'assurance maladie est parfois complexe, et une simple question posée peut vous épargner des tracas, du temps perdu et bien des inquiétudes.

Enfin, ce numéro revient aussi sur un sujet essentiel pour les nouveaux frontaliers installés en France : le droit d'option en matière d'assurance maladie.

En attendant de vous retrouver l'an prochain, je vous souhaite une excellente lecture, de très belles fêtes de fin d'année... et surtout une bonne santé !

CARMELO SAITTA

Conseiller stratégique de la Directrice générale pour l'assurance maladie
Président du CHIS Board





PRÉVENIR LES BLESSURES DUES AUX SPORTS D'HIVER : QUELQUES PISTES ET CONSEILS DU SERVICE MÉDICAL DU CERN

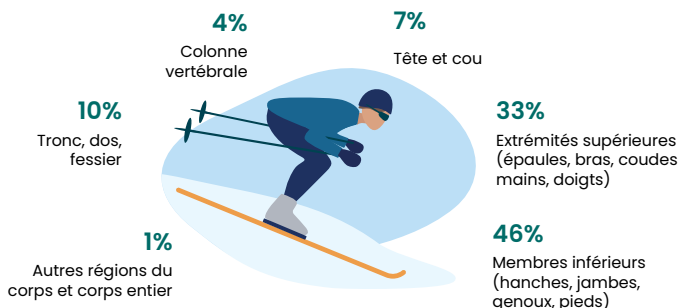
Chaque année, la saison hivernale s'accompagne d'une augmentation des consultations à l'infirmerie ; celles-ci concernent en particulier des accidents de sports d'hiver.

Selon la Suva, en Suisse, plus de 34 000 employés se blessent aux sports d'hiver chaque année (chiffres 2024) ; en France, d'après l'[Observatoire d'accidentologie des sports d'hiver](#), 136 000 personnes se sont blessées en pratiquant des sports d'hiver lors de la saison 2023-2024.

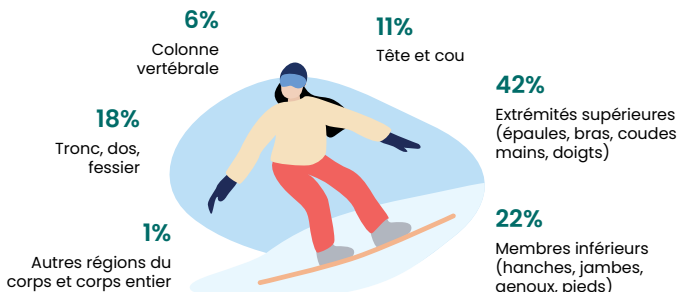
Les blessures les plus fréquentes en ski alpin concernent les membres inférieurs (hanches, jambes, genoux, pieds – 46%), les membres supérieurs (épaules, bras, coudes, mains et doigts) représentant 33 % des blessures. Pour ce qui concerne le snowboard, les lésions aux membres supérieurs représentent 42 % des parties du corps blessées (voir schéma ci-dessous mis à jour par la [Suva](#) en 2024).

PARTIES DU CORPS BLESSÉES (DIAGNOSTIC PRINCIPAL) :

SKI



SNOWBOARD



Source : statistique LAA, AANP et AAC, 2018-2022, état 2022, extrapolation des échantillons, SSAA / Suva

Ces blessures peuvent, pour la plupart, être évitées grâce à une bonne préparation physique et au choix d'un matériel adapté. Voici quelques conseils de base qui pourront être utiles à ceux qui s'adonnent au ski et snowboard :

- **Préparez-vous** : des renforcements musculaires et cardiovasculaires aideront à réduire le risque d'accident.
- **Vérifiez tout** : votre matériel de ski et de snowboard mérite une révision pour éviter les chutes et entorses du genou dues à des fixations ou chaussures mal réglées.
- **Protégez votre tête** ; parez le risque de traumatisme crânien en portant un [casque](#) aux normes et ajusté à votre taille.
- **Échauffez-vous et étirez-vous** : un allié essentiel avant de vous lancer sur les pistes.
- **Portez des protège-poignets** si vous faites du snowboard.
- **Mangez régulièrement et hydratez-vous** avec des boissons chaudes.
- **Adaptez** votre vitesse.

Pour plus d'informations, consultez les liens suivants :

- [Sports d'hiver : plus de plaisir sur les pistes – Conseils | Suva pour aborder la saison au mieux](#)
- [Sports d'hiver | Pratiquer ski et snowboard sans accident \(suva.ch\)](#)
- [Tout schuss sur les pistes: les blessures liées à la pratique du ski – Chirurgie Orthopédique \(chirurgie-orthopedique.fr\)](#)
- [Les sports de neige sur les pistes \(bfu.ch\)](#)

Nous espérons que ces quelques conseils vous permettront de passer un bel hiver, avec beaucoup de plaisir dans vos activités extérieures.

Le Service Médical

Le CHIS vous couvre en cas d'accident, y compris lors de la pratique d'un sport extrême (il n'y a pas d'exclusions dans la couverture). Ces accidents sont couverts selon la Règle générale (le taux de remboursement dépend des frais à votre charge pour l'année en cours : 80 %, 90 % ou 100 %) et aucun plafond ne s'applique.

L'évacuation par hélicoptère et le transfert vers l'hôpital le plus proche sont pris en charge.

Le rapatriement vers un hôpital proche de votre domicile ou un autre établissement de votre choix n'est pas couvert.

Pour la pratique du hors-piste ou de la randonnée, les éventuels frais de recherche ne sont pas pris en charge.

Pour les personnes ayant souscrit à des assurances spécifiques, comme par exemple, la Carte Neige ou la REGA, nous vous invitons à vous rapprocher de votre prestataire dans un premier temps, puis de transmettre à UNIQA le reste des frais à prendre en charge.



CHOISIR SON SYSTÈME D'ASSURANCE MALADIE : POURQUOI IL EST IMPORTANT QUE LES TRAVAILLEURS FRONTALIERS EXERCENT LEUR DROIT D'OPTION DANS LES DÉLAIS

Si votre conjoint réside en France et commence à travailler en Suisse en tant que travailleur frontalier, vous devez savoir qu'une procédure dite de droit d'option lui est applicable.

Le droit d'option permet de choisir un système d'assurance maladie. Ce droit doit être exercé **dans les trois mois** suivant le début de l'activité professionnelle de votre conjoint en Suisse. Il concerne tous les travailleurs frontaliers, quelle que soit leur nationalité.

QU'EST-CE QUE LE DROIT D'OPTION ?

Les personnes qui vivent en France et travaillent en Suisse ont le choix entre deux possibilités :

- soit le système d'assurance maladie suisse : loi fédérale sur l'assurance-maladie (LAMal)
- soit le système d'assurance maladie français : Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM)

Ce choix est définitif et ne peut être modifié ultérieurement, sauf dans des cas très particuliers ; c'est pourquoi vous devez prendre le temps d'étudier la question afin de pouvoir prendre une décision éclairée dans les délais impartis.

POURQUOI EST-CE IMPORTANT ?

Si ce droit n'est pas exercé **dans le délai de trois mois**, votre conjoint pourra être inscrit d'office au système suisse (LAMal). En outre :

- La caisse d'assurance maladie suisse peut appliquer avec effet rétroactif une pénalité pouvant être équivalente au nombre d'années de cotisations qui auraient dû être acquittées,
- et ce, même si votre conjoint était déjà assuré en France.

Pour éviter une telle situation, nous vous recommandons vivement d'agir avant la date limite.

QUE DOIS-JE FAIRE ?

1. Choisissez un système d'assurance maladie dans les trois mois (suisse ou français) suivant le début de l'activité professionnelle de votre conjoint en Suisse.
2. Envoyez les formulaires requis aux autorités sanitaires compétentes des deux pays pour confirmer votre choix.
3. Conservez un exemplaire de tous les documents envoyés pour vos dossiers.

COMMENT FAIRE POUR QUE LE RÉGIME D'ASSURANCE MALADIE DU CERN (CHIS) SOIT L'ASSURANCE PRIMAIRE DE VOTRE CONJOINT

Vous avez aussi la possibilité de choisir le Régime d'assurance maladie du CERN (CHIS) comme assurance maladie pour votre conjoint.

1. Votre choix du système d'assurance maladie doit être fait dans les trois mois suivant le début de l'activité professionnelle de votre conjoint en Suisse.
2. Envoyez les formulaires requis aux autorités sanitaires compétentes en France (CPAM) pour confirmer votre choix. Pour que votre conjoint puisse être assuré par le CHIS, il faut d'abord informer les autorités sanitaires françaises qu'il a opté pour le système LAMal suisse.
3. Une fois le formulaire « Choix du système d'assurance maladie » dûment visé par la CPAM, remplissez le « Formulaire de contrôle de l'équivalence de l'assurance maladie suisse », signez-le et faites-le signer par notre Tiers-administrateur, UNIQA. Vous devrez également demander à l'UNIQA un certificat d'assurance CHIS, qui doit être envoyé aux autorités suisses avec le formulaire visé et signé.
4. Votre conjoint recevra par courrier une confirmation d'exemption de la part des autorités suisses.

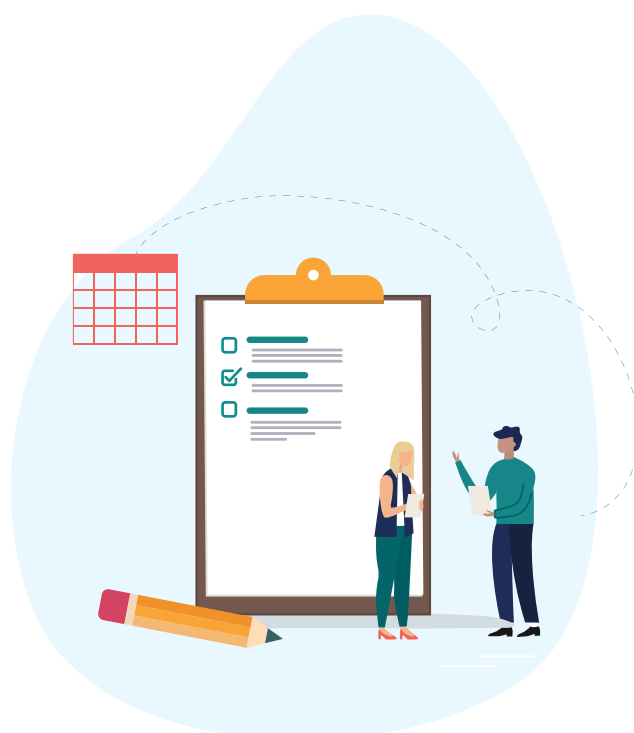


TABLEAU RÉCAPITULATIF

Procédure à suivre suivant le système d'assurance maladie souhaitée

	Suisse – LAMal	CERN – CHIS	France – Sécurité sociale
Formulaire	Formulaire du choix du système d'assurance-maladie à compléter dans tous les cas		
Procédure	- Remplissez les points 1, 2, 4 - Cochez au point 5 la case : "Affiliation auprès de l'assurance-maladie suisse (LAMal)" - Datez et signez		- Remplissez les points 1, 2, 4 - Cochez au point 5 la case : "Affiliation au régime français de l'assurance maladie" - Datez et signez
	Envoyez le formulaire à la Caisse primaire d'assurance-maladie française (CPAM) de votre lieu de résidence. Si votre lieu de résidence est la Haute Savoie , vous pouvez faire votre demande en ligne .		
	Le formulaire vous sera retourné dûment tamponné au point 6 par la CPAM. Ceci peut prendre du temps, aussi nous vous conseillons de commencer vos démarches le plus tôt possible		
	Adressez dans un délai de trois mois à l'organe compétent du canton de travail de votre conjoint :		
	Le formulaire du choix du système d'assurance-maladie dûment tamponné par la CPAM	- Le formulaire du choix du système d'assurance-maladie dûment tamponné par la CPAM - Le formulaire d'équivalence rempli par vos soins et signé par UNIQA - Une attestation d'assurance délivrée par UNIQA au nom du CHIS	Le formulaire du choix du système d'assurance-maladie dûment tamponné par la CPAM
Couverture	Assurance maladie LAMal	CERN – CHIS	Sécurité sociale française

Adresses et liens utiles

Système suisse	Office fédéral de la santé publique Travailleurs frontaliers en Suisse
Organe compétent selon canton de travail Suisse	Canton de Genève: Service de l'assurance-maladie; Route de Frontenex 62; 1207 Genève; Tel. +41 22 546 19 00 Canton de Vaud: Office vaudois de l'assurance-maladie; Ch. de Mornex 40; 1014 Lausanne; Tel. +41 21 557 47 47
Système français	Travailleur frontalier suisse : droit et prise en charge www.ameli.fr Tel. 3646 from France Tel. +33 1 84 90 36 46 from abroad
CPAM	Département de la Haute-Savoie (74) : Liste des CPAM par lieu de résidence, les démarches en ligne . Département de l'Ain (01): CPAM par lieu de résidence

RAPPEL CONCERNANT LE FORMULAIRE SHIPID

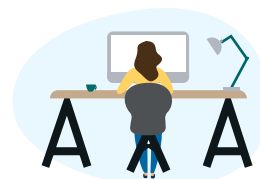
De façon générale, le fait que votre conjoint commence à travailler en Suisse entraîne des changements en ce qui concerne son assurance et ses revenus. Dès lors, vous devrez également :

- Remplir et envoyer une « Déclaration d'assurance maladie et de revenus du conjoint » (SHIPID) dans les 30 jours civils suivant le changement.
- Ce délai s'applique à partir du début de l'activité professionnelle du conjoint en Suisse.

Cela permet de mettre à jour votre dossier pour que les droits à l'assurance maladie soient correctement enregistrés par le CHIS. N'oubliez pas de joindre à votre déclaration les documents requis, en particulier **l'attestation officielle d'exemption de l'assurance maladie** délivrée

par les autorités suisses si vous avez choisi le CHIS comme assurance principale lors de la procédure d'exercice du droit d'option.

En cas de questions concernant la procédure, n'hésitez pas à nous écrire à l'adresse chis.shipid@cern.ch. Si vous avez des questions sur la manière de remplir les formulaires, veuillez contacter directement notre Tiers-administrateur UNIQA : contact@support.uniqa.ch.





COMPRENDRE LA PRISE EN CHARGE DE L'OPÉRATION DE LA CATARACTE

Avec le temps, le cristallin peut s'opacifier et entraîner une vision floue ou voilée. Cette affection, appelée cataracte, concerne une personne sur deux après 75 ans.

L'opération de la cataracte a pour objectif de rétablir une vision nette en remplaçant le cristallin devenu opaque par une lentille artificielle, également appelée « implant intraoculaire ».



Cette intervention est réalisée en ambulatoire, sous anesthésie locale, et ne requiert pas d'accord préalable de la part d'UNIQA. Sa durée moyenne est inférieure à une heure.

Après avoir choisi votre prestataire et une fois l'intervention effectuée, vous pouvez transmettre votre demande de remboursement selon la procédure habituelle, soit via l'application MyUNIQA, soit par courrier postal.

La règle générale de remboursement s'applique : les frais sont considérés comme des honoraires médicaux et n'affectent donc pas votre plafond réservé aux dépenses optiques.

À noter que cette intervention se distingue de la chirurgie réfractive, destinée à corriger la dioptrie, laquelle nécessite un accord préalable.

Attention : le coût de l'opération peut toutefois varier considérablement d'un prestataire à un autre. Nous vous recommandons donc de vous informer en amont et de demander des devis détaillés incluant les honoraires de chirurgien afin de comparer les tarifs proposés.

Dans le cadre de la politique d'encadrement des coûts du régime du CHIS, un accord a été conclu entre le CHIS et différents prestataires :

- **Canton de Genève :** avec les cliniques de l'Œil ONO
- **Canton de Vaud :** avec l'hôpital ophtalmique Jules Gonin

Le CHIS prend en charge l'implant standard, habituellement inclus dans le tarif de base de l'opération. En revanche, les implants dits « premium » ou de gamme supérieure, parfois proposés par certains ophtalmologues, **ne sont pas couverts**.

COMMENT SE PASSENT LES CONSULTATIONS :

Lors d'un premier rendez-vous, l'ophtalmologue effectue des mesures précises de vos yeux, établit un bilan et vous accompagne dans votre décision en répondant à toutes vos questions.

Si l'intervention est recommandée, un second rendez-vous est programmé pour sa réalisation. Celle-ci se déroule sous anesthésie locale, et l'amélioration de la vision est généralement perceptible très rapidement.

Un suivi post-opératoire est ensuite assuré par votre ophtalmologue, avec des consultations prévues un jour, une semaine puis un mois après l'intervention.

Vous trouverez ci-dessous la liste des prestataires conventionnés :

Cliniques ONO	Adresse	Contact
GENÈVE	Rte de Chancy 59/Bâtiment A, 2ème étage, 1213 Petit-Lancy	022 879 12 34
SERVETTE	Rue de la Servette 61 1202 Genève	022 919 21 00
CAROUGE	Rue Ancienne 45 1227 Carouge	022 343 16 20
JONCTION	Rue des Deux-Ponts 12 1205 Genève	022 322 19 00
CHANTEPOULET	Rue de Chantepoulet 10 1201 Genève	022 732 74 74
MALAGNOU	Rue Adrien-Lachenal 26 1207 Genève	022 736 85 86
ACACIAS	Rue des Épinettes 19 1227 Les Acacias	022 342 54 55
PLAINPALAIS	Rue de Carouge 24 1205 Genève	022 339 89 89
VERNIER	Route de Montfleury 3 1214 Vernier	022 879 12 33
VERSOIX	Route de Sauvigny 10 1290 Versoix	022 950 92 92
VÉSENAZ	Route de Thonon 42 1222 Vézenaz	022 752 60 41

Informations et prises de rendez-vous sur

<https://www.cliniqueoeil-ono.ch/>

HOPITAL JULES GONIN :

Adresse : Avenue de France 15 – CP 1 – 1001 Lausanne

Informations et prises de rendez-vous sur

<https://www.ophtalmique.ch/contacts/>



RENCONTREZ L'ÉQUIPE DU HELPDESK D'UNIQA, TIERS-ADMINISTRATEUR DU CHIS

Vous êtes nombreux, en tant que Membres du CHIS, à contacter régulièrement UNIQA, notre Tiers-administrateur. Qu'il s'agisse de traiter les demandes de remboursement, de délivrer une attestation d'assurance ou de répondre à vos questions sur les prestations du CHIS, les membres de l'équipe UNIQA rendent un service très apprécié de tous.

Après l'achèvement des travaux de rénovation menés dans la zone, le HelpDesk d'UNIQA a réintégré le bâtiment principal sur le site de Meyrin. C'est l'occasion de vous présenter à nouveau les membres de l'équipe, en mettant à l'honneur le travail important qu'ils accomplissent, et aussi de vous montrer quelques photos du nouvel espace.

Beaucoup d'entre vous connaissent déjà Mathilde, qui accueille régulièrement les Membres au HelpDesk. En tant que gestionnaire du HelpDesk, Mathilde est le point de contact entre les Membres du CHIS et l'équipe d'UNIQA Genève ; c'est elle qui répond aux questions envoyées par courriel au HelpDesk. Elle participe également à la gestion des demandes d'affiliation post-obligatoire.

Aux côtés de Mathilde, Oliver participe à la coordination de l'activité du HelpDesk, en s'assurant du traitement efficace de toutes vos demandes. Oliver est également chef adjoint du département des prestations, où il s'occupe entre autres des cas d'irrégularités et de la gestion des données UNIQA.

Cette équipe, forte de l'appui des autres agents d'UNIQA basés dans le bureau de Carouge, met à votre disposition toute sa palette de compétences dans le domaine de l'assurance maladie.



Image: CERN

VEUILLEZ NOTER QUE LES HORAIRES D'OUVERTURE DU HELPDESK RESTENT INCHANGÉS :

Bureau UNIQA sur le site de Meyrin : de 9 h à 13 h du lundi au vendredi, et également de 14 h à 16 h le mardi et le jeudi.



Image: CERN



Mathilde

Oliver

Image: UNIQA GlobalCare SA





DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL – NOUVEAU PARTENARIAT AVEC UNILABS

Le cancer colorectal est l'un des types de cancer les plus répandus ; lorsqu'il est détecté à un stade précoce, il peut souvent être traité avec succès¹.

Cette année, le CHIS a signé un accord avec le laboratoire UNILABS en Suisse pour faciliter l'accès au dépistage du cancer du côlon pour ses Membres de 50 ans et plus.

Le test de dépistage du cancer du côlon est remboursé à 100 % par le CHIS pour les Membres de 50 ans et plus, une fois tous les deux ans. À partir de 50 ans, les Membres recevront une notification de notre Tiers-administrateur, UNIQA, les invitant à effectuer un dépistage.

Le kit de dépistage peut être obtenu auprès des laboratoires UNILABS suivants :

- **Meyrin** – chemin Antoine-Verchère 6, 1217 Meyrin
- **Les Cygnes** – rue de Lausanne 20, 1201 Genève
- **Frontenex** – avenue de Frontenex 16, 1207 Genève

VOUS SOUHAITEZ METTRE À JOUR VOS DONNÉES :

UNIQA reçoit vos données mises à jour par le CERN de manière régulière, à intervalles de deux semaines.

Les changements concernant votre adresse ou vos coordonnées bancaires doivent donc être transmises **au CERN directement** :

- À la Caisse de pensions pour les personnes retraitées : pension-benefits@cern.ch
- Via EDH pour les personnes actives : <https://edh.cern.ch/Document/Personnel/LocalAddressChange> OU <https://edh.cern.ch/Document/Personnel/BankDetails>

Pour les nouveaux Membres (c'est-à-dire les nouveaux arrivants, les nouveau-nés et les conjoints récemment enregistrés), notez que la couverture est automatique et valide dès l'enregistrement par le CERN.

Les données à jour ne nous parvenant que toutes les deux semaines, il faut patienter le temps de ce délai pour voir vos informations à jour dans myUNIQA ou, selon le cas, pour accéder pour la première fois à votre profil.



CONTACTS ET LIENS UTILES

<https://chis.cern/>

Informations générales, procédures, formulaires, Règlement du CHIS et autres documents officiels

[MyUNIQA.ch](https://myuniqa.ch)

Vos remboursements, décomptes périodiques, cartes et attestations d'assurance

Horaires des bureaux – UNIQA

CERN, Meyrin, Bâtiment principal, CCSC

Ouvert : du lundi au vendredi de 9h à 13h, et également le mardi et le jeudi de 14h à 16h

En ville : Avenue de la Praille 26, CH - 1227 Carouge

Ouvert : du lundi au vendredi de 8h à 12h30 et de 13h30 à 17h

UNIQA est à votre disposition pour tout renseignement

Tél. : +41 (0)22 718 63 00 ou 72730 depuis le CERN

Courriel : uniqa@cern.ch

SHIPID SERVICE

Toutes les questions concernant la Déclaration d'assurance maladie et de revenus professionnels du conjoint (SHIPID) ou vos cotisations complémentaires doivent être adressées à :

chis.shipid@cern.ch

Impressum

Éditeur : Carmelo Saitta, Président du CHIS Board CERN,
Administration du CHIS,
1211 Genève 23
<https://chis.cern/>

CERN-CHIS-BULL-2025-55

Contributeurs

Design : CERN Graphic Design Service
L'impression : CERN Print Service
Articles : Service Médical, UNIQA

Relecture et traduction : CERN Traduction et procès-verbaux groupe