

CHIS Bull'

Bulletin d'information du Système d'assurance maladie du CERN

N° 1 Juin 1998

1 edito Pourquoi ce bulletin d'information | **2 mutualité** Chacun cotise selon ses moyens... |
3 informer Le dialogue est ouvert | **4 brèves** Des "trucs" santé et prévention pour l'été |



EDITO

CHIS Bull'?

CHIS... quatre lettres majuscules qui n'évoquent peut-être pas grand chose dans votre esprit. Et qui, pourtant, vous concernent directement: vous et votre santé, vous et votre caisse maladie.

CHIS: ce sont aussi les quatre premières lettres du sigle pour "CERN Health Insurance Supervisory Board", l'organe interne qui a pour mission de gérer de façon paritaire notre système d'assurance maladie.

> 1'assurance maladie du cern

Un souci d'information et de transparence

Vous tenez donc dans les mains le premier numéro du CHIS Bull'... qui sera suivi de plusieurs autres. Pourquoi entreprendre aujourd'hui une telle démarche? Pour mieux vous informer sur le système de santé en vigueur au CERN et sur les moyens dont chacun dispose pour limiter les coûts de la santé - une nécessité partout ressentie.

"Entre vos quatre murs"

Pourquoi vous adresser le CHIS Bull' à domicile? Parce que la santé est une affaire personnelle qui vous concerne directement, et que nous ne voulons pas débattre sur la place publique. Et aussi, parce qu'elle intéresse votre famille, si vous en avez une. C'est donc un CHIS Bull' entre quatre murs, et entre quatre-z-yeux!

Le CHIS Bull' vous parviendra dorénavant deux à trois fois par an, chez vous. Et nous espérons que vous contribuerez à l'animer, en envoyant vos remarques, vos expériences, vos questions à notre CHIS Box... sur tout sujet relatif à votre assurance maladie ou à la santé. Que le dialogue s'instaure ainsi sur un sujet parfois ardu et délicat - et notre objectif sera atteint.

Merci de votre intérêt et bonne lecture.

Philippe Bernard
Président du CHISB

MUTUALITÉ

> Chacun cotise selon ses moyens...



SYSTÈME ÉQUITABLE

Le principe d'une mutualité, c'est la solidarité. Cette forme de prévoyance volontaire consiste à répartir les dépenses de chacun sur l'ensemble du groupe assuré: l'ensemble des membres est solidaire pour le groupe - entre âges, entre familles plus ou moins nombreuses et personnes seules, entre grades. Ce système, pour fonctionner de façon optimale, implique que chacun se sente responsable des frais de santé occasionnés - le produit des économies ou des pertes réalisées étant réparti entre tous. C'est pour cela que, en parlant d'une mutuelle, on dit souvent - et à juste titre: "Chacun cotise selon ses moyens et utilise selon ses besoins".

NOTRE ASSURANCE, NOTRE AFFAIRE

C'est pourquoi notre assurance maladie est véritablement notre affaire.

Le contrat passé avec notre gestionnaire actuel arrivera à échéance fin 1999. La situation est relativement saine, à l'heure actuelle, mais notre population vieillit et il est naturel que les dépenses de santé augmentent avec l'âge. En clair, cela signifie qu'un effort est nécessaire pour faire face à cette évolution et continuer de maîtriser notre dépense médicale. Chacun d'entre nous devrait utiliser son assurance maladie comme s'il gérait ses fonds propres... et rechercher, à tous les niveaux, les économies possibles: **demandeur des "devis", comparer**

Nombre d'assurés par catégorie, au 31 décembre	1994	1995	1996	1997
Membres du personnel cotisants obligatoires et leurs dépendants	3398 5402	3279 5120	3233 4980	3260 4748
Membres du personnel cotisants facultatifs et leur dépendants	355 452	286 361	244 291	252 371
Retraités cotisants et leur dépendants	982 1056	1103 1190	1211 1269	1325 1521
TOTAL Assurés cotisants et leur dépendants	4735 6910	4668 6671	4688 6540	4837 6640
TOTAL	11645	11339	11228	11447

ASSURANCE MALADIE: DANS LA DURÉE, LE PLUS GROS CONTRAT DU CERN

Il faut savoir que la dépense santé annuelle du CERN se montait en 1997 à environ 40 millions de francs suisses (commission d'AUSTRIA incluse et assurance accidents/maladies professionnels non comprise).

LES PARTS EFFECTIVEMENT PAYÉES PAR L'ORGANISATION ET LES ASSURÉS ATTEIGNENT RESPECTIVEMENT 57% POUR LE CERN ET 43% POUR LES ASSURÉS.

C'est donc plus des deux cinquièmes des frais qui incombent finalement à l'assuré lui-même, compte tenu de la franchise annuelle et de sa participation aux frais qui s'ajoutent à sa prime.

...chacun utilise selon ses besoins

les coûts, éviter la surmédication, etc... Nous reviendrons bien sûr en détail sur les moyens à disposition pour contribuer à l'abaissement des coûts de la santé.

Un système responsable

Les primes sont chaque année ajustées en fonction des dépenses encourues l'année précédente: qui dit dépenses excessives, dit donc augmentation générale des primes, à terme.

Dans un système responsable comme le nôtre, chacun a son rôle à jouer.

Et c'est ensemble que nous parviendrons à sauvegarder les acquis, voire à améliorer la situation.

OBJECTIF

> Informer, inciter, dialoguer

LE CHIS BULL' SOUHAITE JOUER UN RÔLE "DÉCLENCHEUR": C'EST-À-DIRE, VOUS INCITER À RÉAGIR, TOUT EN VOUS INFORMANT.



Nous vous ouvrons donc dès aujourd'hui une boîte aux lettres, le CHIS Box, où vous pourrez nous faire partager vos expériences en matière de santé

- les honoraires d'un médecin vous semblent surévalués
- le traitement en France voisine vous semble bien plus économique qu'en Suisse (ou le contraire!)
- tel pharmacien ou médecin vous propose des médicaments génériques
- tel laboratoire est particulièrement performant (rapport service/prix).

Nous sommes certains que vos expériences permettront d'enrichir considérablement nos propos. Et montreront qu'il est possible de ne pas "surconsommer" (sans jamais hypothéquer la qualité des soins) dans un secteur aussi vital pour chacun d'entre nous: la santé!



Ne confondez pas! Tous vos problèmes individuels relatifs à vos remboursements sont à adresser comme par le passé au bureau de l'AUSTRIA (bâtiment principal, rez-de-chaussée, à côté de la Poste).

Des conseils de santé

Le CHIS Bull' vous apportera également, dans chaque numéro, quelques conseils de santé et de prévention.

Le CHIS Bull' est une première expérience.

Toutes vos suggestions, critiques et commentaires seront donc les bienvenus! N'hésitez pas. Au plaisir de vous lire.

A propos de prévention: le médecin chinois est payé pour contribuer à la santé du patient. Dès que celui-ci tombe malade... il le soigne gratuitement.

"Mieux vaut donc prévenir que guérir..."

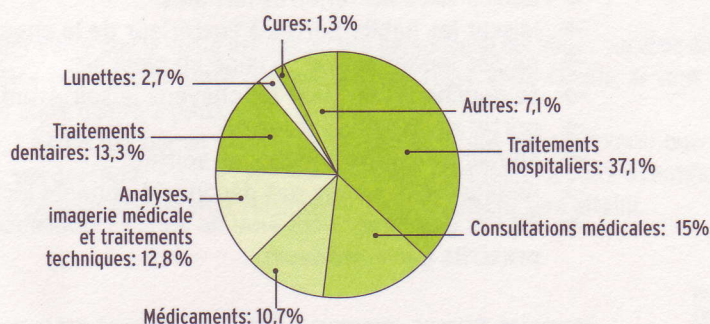
> A vous la parole!

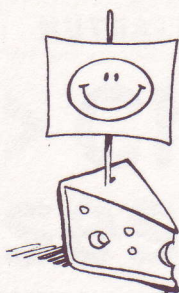
CHIS BOX

CHIS Bull' - CERN - 1211 Genève 23
e-mail: chis.bull@cern.ch

RÉPARTITION DES REMBOURSEMENTS selon les types de traitements en 1997

Les consultations médicales et les traitements hospitaliers représentent à eux seuls la grosse moitié des frais médicaux.





L'ÉQUIPE CHIS... "CHEESE"

LE CHIS BOARD EST UN SOUS-GROUPE DU CCP DONT LES MEMBRES SONT NOMMÉS D'UNE PART PAR LA DIRECTION ET, D'AUTRE PART, PAR L'ASSOCIATION DU PERSONNEL ET LE GROUPEMENT DES ANCIENS.

Président: Ph. Bernard

Membres nommés par la Direction:

M. Baboulaz
H. Degenkolbe
G. Hentsch
G. Lindecker

Membres nommés par l'Association du personnel et le Groupement des Anciens:

M. Aymon JP. Diss
S. Weisz P. Lazeyras
S. Maio (suppléante) R. Budde (suppléant)

(source: Optima)
Nous remercions la Société Suisse
de Pharmacie qui nous autorise à
reproduire ces informations.

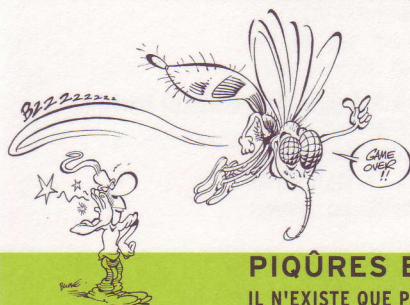
BRONZEZ INTELLIGENT

Vrai ou faux?

- **Dans l'eau, les parties du corps immergées sont à l'abri du soleil.**
FAUX! 60% des UVB et 85% des UVA les atteignent jusqu'à 50 cm de profondeur. Avis aux nageurs, plongeurs à tuba et amateurs de trempette: choisissez de préférence un produit solaire résistant à l'eau.
- **A chaque fois que l'on applique du produit solaire, le temps de protection est renouvelé.**
FAUX! On recommence de renouveler les applications pour assurer une protection optimale, mais cela ne prolonge pas votre temps d'exposition.
- **Les protections élevées empêchent de bronzer.**
FAUX! Elles stoppent l'excédent de rayons et évitent les gâchis cellulaires. Un IP 25 permet de bronzer beaucoup mieux (surtout pour les peaux claires), et sans abîmer la peau.
- **Une peau bronzée est protégée.**
FAUX! Le bronzage est une réaction de défense de la peau, ce n'est pas un bouclier qui empêche les UV de passer.
- **Il faut appliquer l'écran solaire sur le visage et le corps 20 à 30 minutes avant de s'exposer.**
VRAI! C'est le temps nécessaire au produit pour qu'il puisse développer ses actifs de protection.
- **Dès que la peau commence à tirer, il faut se mettre à l'abri.**
VRAI! C'est le premier signal d'alarme qui permet d'éviter des dégâts plus importants. La règle serait même d'éviter que ce signal ne se déclenche.
- **On peut brûler sous l'ombre du parasol.**
VRAI! Les UV traversent tout de même et il faut se protéger des réverbérations.

RHUME DES FOINS: FAUT-IL RESTER CLOÎTRÉ LES BEAUX JOURS VENUS?

Les "envahisseurs", ce sont les pollens présents dans l'air respiré. Selon les plantes en cause, l'allergie aura lieu au printemps (noisetiers, aune, bouleau, frêne), en été (graminées surtout), ou en fin d'été (armoise principalement au Valais et au Tessin).



PIQÛRES ET MORSURES ANIMAUX VENIMEUX: DE QUOI FAUT-IL SE SOUVENIR?

IL N'EXISTE QUE PEU D'ANIMAUX RÉELLEMENT VENIMEUX, MAIS LEUR POISON EST TRÈS DANGEREUX. ON SOUPÇONNE PARFOIS QU'IL Y A EU EMPOISONNEMENT QUAND, IMMÉDIATEMENT APRÈS L'AGRESSION, LE BLESSÉ PRÉSENTE UN POULS PRÉCIPITÉ, UNE RESPIRATION HALETANTE OU UNE BAISSÉ MARQUÉE DE LA TENSION ARTÉRIELLE. NÉANMOINS, LE PLUS SOUVENT, CES SYMPTÔMES NE SONT DUS QU'À L'ÉMOTION.

LES CONSÉQUENCES DÉLÉTÈRES - COMME LES CRAMPES, LA DÉGLUTITION DIFFICILE OU DES SIGNES DE PARALYSIE - N'APPARAÎSENT GÉNÉRALEMENT QU'UNE OU DEUX HEURES APRÈS L'INCIDENT. IL NE FAUT JAMAIS INCISER NI CAUTÉRISER LA PLAIE. ENFIN, UNE FOIS LES PREMIERS SECOURS ASSURÉS, IL APPARTIENT AU CORPS MÉDICAL DE DÉFINIR LES SOINS APPROPRIÉS.

La quantité de pollen dans l'air sera élevée par temps sec, ensoleillé et venteux; basse s'il fait froid et qu'il pleut. Ce qu'on peut faire soi-même les jours de forte concentration pollinique:

- aérer l'habitation brièvement, le matin, en l'absence de vent;
- dormir avec les fenêtres fermées;
- laisser les habits portés à l'extérieur de la chambre;
- ne pas laisser sécher le linge en plein air;
- se doucher et se laver les cheveux le soir avant de se coucher;
- porter des lunettes de soleil;
- couper la ventilation dans la voiture;
- dégager le nez avec des décongestionnants locaux (sprays, pommade, gouttes...);
- en cas d'asthme, il est vital de suivre rigoureusement les traitements prescrits par le médecin.