

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2014)

Heft: 61

Artikel: Nos douzes astuces pour économiser cet automne

Autor: Rapaz, Jean-Marc / Meierhans, Stefan

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831395>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 19.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Nos douze astuces pour économiser cet automne

Pas facile, pour le consommateur, de faire de bonnes affaires et donc de dépenser moins. Générations Plus et la Fédération romande des consommateurs se sont associés pour vous livrer quelques bons plans.

→ SUR LE SITE

Vous avez des bons trucs pour économiser? Notre forum vous est ouvert.

La vie de consommateur est une jungle dans laquelle les dangers ont été remplacés par des revendeurs en quête de marges confortables et par une pléthore de codes-barres indéchiffrables! Entre prix gonflés et remises pas aussi avantageuses qu'elles le prétendent, le chemin qui mène à la caisse est semé d'embûches. Comment se frayer une route entre les rayons des magasins – réels ou virtuels – sans se ruiner? «Prendre le temps de comparer les prix et les pres-

tations reste le point central, répond d'emblée Valérie Muster, juriste à la Fédération romande des consommateurs (FRC). S'y prendre à la dernière minute est rarement une solution favorable.» Mais au-delà de ce principe, il y a des astuces concrètes qui permettent de limiter au minimum les dépenses. *Générations Plus* et la Fédération romande des consommateurs se sont associés pour rendre votre vie de consommateur moins onéreuse. **Valérie Muster (FRC) et Frédéric Rein**

1 TÉLÉCOMMUNICATIONS Vous avez le même opérateur téléphonique et les mêmes tarifs depuis des années? Une erreur, car c'est un marché devenu très concurrentiel, où la technologie et les prix évoluent très vite. D'autant plus que les opérateurs libèrent leurs clients plus facilement que par le passé – depuis 2014, Sunrise et Orange s'y sont engagés, alors que c'était déjà le cas pour Swisscom.

En outre, **choisir une offre «Triple play», soit un seul opérateur pour la téléphonie, Internet et la télévision, octroie des réductions.** Unique revers de la médaille: difficile de résilier séparément l'un de ces trois domaines.

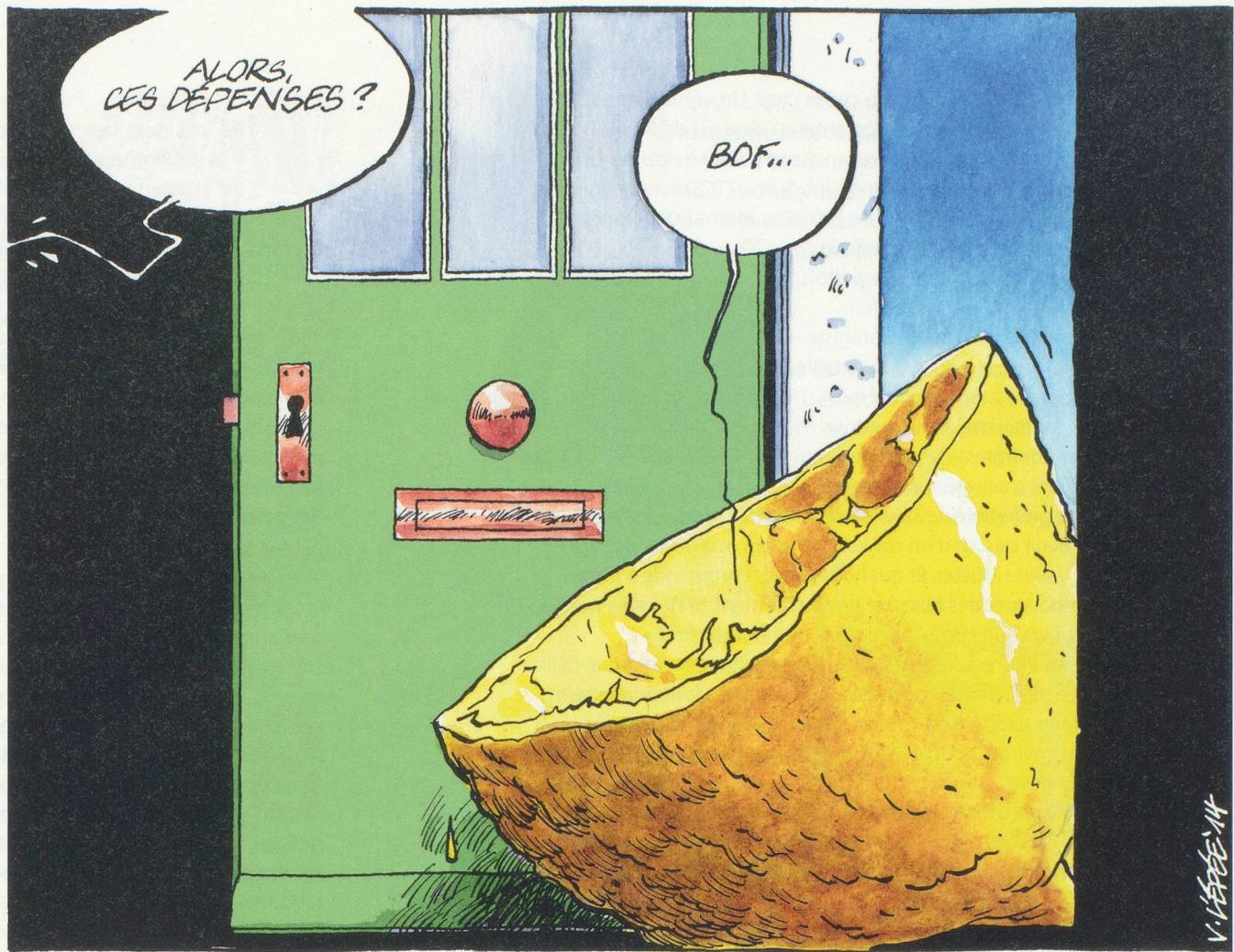


Stacey Newman

2 ASSURANCE MALADIE Le grand bal des assurés s'ouvre chaque fin d'année – la lettre de résiliation doit arriver en recommandé à la caisse maladie jusqu'au 28 novembre 2014. «Beaucoup de seniors pourraient économiser des centaines de francs par année s'ils osaient franchir le pas, estime Valérie Muster. Il y a peu de raisons d'hésiter, car toutes les assurances obligatoires proposent les mêmes prestations. Si l'on a une santé fragile, il faut juste veiller à ne pas prendre l'une de celles, une minorité, qui demande une avance de frais.» Pour économiser davantage, on peut aussi opter pour l'un des trois modèles alternatifs, qui oblige à avoir une première consultation pré-déterminée: télémédecine (par téléphone), médecin de famille ou réseau prédefini. «Cela peut valoir la peine, mais il faut savoir que les contraintes liées à ces modèles varient grandement d'une assurance à l'autre», prévient Valérie Muster.

L'autre point central est la franchise. «**C'est à partir d'environ 1 800 francs de frais par an qu'il est avantageux de passer de la plus haute franchise à la plus basse**, les paliers intermédiaires n'étant pas profitables à l'assuré.»

www.frc.ch/fiche



3 ALIMENTATION S'alimenter correctement à moindre coût, c'est possible! Du critique gastronomique Jean-Pierre Coffe à la FRC, qui a édité une livre intitulé *Bien manger à petits prix*, de nombreux ouvrages ont exploré le sujet. Prendre le temps de faire soi-même la cuisine influe favorablement sur son budget comme sur sa santé.

Une astuce toute simple pour éviter d'acheter du superflu consiste à être repu au moment de faire ses courses! En outre, **plusieurs grandes surfaces baissent le prix des denrées périsposables avant leur fermeture quotidienne**. Sans oublier les traditionnelles actions, qui ne doivent en revanche pas pousser à la surconsommation! Et pourquoi ne pas faire des stocks de produits utiles? Pour ceux qui habitent à proximité de la frontière, la franchir peut aussi être une option intéressante...



4 VOYAGE Les vacances peuvent vite grever un budget. Si l'on ne prend pas une offre combinée particulièrement attractive, rien ne vaut de les préparer soi-même, afin d'éviter les intermédiaires. **Réserver son billet longtemps avant le départ** peut parfois permettre de grandes marges d'économies. Mais attention à ne pas oublier certains détails, comme l'explique la juriste de la FRC: «Il ne faut pas oublier de contracter une assurance annulation et de se renseigner pour les visas.»



5 ÉNERGIE Soulager son porte-monnaie comme sa conscience écologique: le concept est attristant et très facile à mettre en pratique. Des exemples? Toujours couvrir la casserole d'un couvercle; préférer la chaleur tournante du four; acheter des appareils à faible consommation d'énergie recommandés par le site topten.ch; ne pas laisser couler l'eau, utiliser un lave-vaisselle plutôt que de la faire à la main, etc. Retrouvez de nombreuses autres astuces sur www.crde.ch

6 AUTOMOBILE Une voiture coûte cher. Un véhicule neuf peut s'acheter à l'étranger, car la garantie d'usine est de 24 mois dans toute l'Europe. On devra en revanche se passer de certaines prestations d'assistance. Le Touring Club Suisse (TCS) estime que c'est intéressant à partir d'une différence de prix d'au moins 3000 francs.

Pour les pneus, il y a internet, même si certains garagistes se montrent très compétitifs.

«On peut tomber sur des pneus qui traînaient, qui ont séché» prévient un garagiste romand. Une fois les pneus de la bonne taille achetés, il faut les faire monter. Le même entrepreneur reconnaît majorer – comme beaucoup de ses frères – les prix du montage quand le client a acheté sur internet.

«Sur le Web, il est préférable de savoir exactement le modèle que l'on veut, de ne pas avoir besoin d'un conseil à la vente ni d'un service après-vente, pondère Valérie Muster. Et quand on passe commande à l'étranger, il faut se préoccuper des taxes de dédouanement. Si l'on en a pour plus de 62 fr. 50, livraison comprise, on est soumis à ces frais.»

Un investissement intéressant peut aussi être la voiture écologique. Celle roulant au gaz naturel, permet de vraies économies de fonctionnement – assurances moins expansives, prix du kilo de gaz à 1 fr. 75, soit l'équivalent essence d'environ 1 fr. 16! – qui valent largement un prix d'achat légèrement plus élevé.

Mais la meilleure solution quand on roule occasionnellement reste le covoiturage, comme avec www.e-covoiturage.ch, ou l'utilisation de Mobility (www.mobility.ch), un service de location de voiture à la demande.



7 EMPRUNTS Pourquoi ne pas prendre un livre à la bibliothèque au lieu de l'acheter? Ou bien faire du troc, une tendance qui revient en force. A Genève, par exemple, a eu lieu au mois de mai dernier la première Troc party. Et elle s'applique aux biens comme aux services, à l'instar du Système d'échanges local (www.sel-suisse.ch). Un amateur de jardinage pourra ainsi offrir une heure de son temps contre la même durée de repassage.



8 COIFFEUR Les écoles, de coiffure notamment, permettent d'obtenir des coupes dont les prix défient toute concurrence, tout en entretenant le lien intergénérationnel.

«Acheter à l'étranger: C

Depuis 2008, il est Monsieur Prix en Suisse. Non sans humour, Stefan Meierhans

Stefan Meierhans, on sait que les prix sont souvent trop élevés en Suisse. Mais est-ce que cette situation se péjore, comme le pensent beaucoup de gens?

Il n'y a pas d'inflation. Dans l'ensemble, les prix sont stables, voire dégressifs. Cela dit, c'est vrai, il y a aussi des hausses, comme celle importante dans le secteur de l'assurance maladie.

Effectivement, le poids des primes pèse de plus en plus lourd dans le budget des Suisses. Un conseil?

C'est un secret de polichinelle que de dire aux gens de faire jouer la concurrence, en comparant les

primes. Cela dit, les politiques doivent aussi réagir. Les coûts ont augmenté dix fois plus vite que notre PIB et cinq fois plus vite que nos salaires. J'y travaille, mais j'ai besoin du soutien de tout le monde contre les lobbies puissants dans ce domaine.

Alors, peut-être y a-t-il un gisement d'économies dans le domaine des médicaments et des génériques?

J'ai proposé qu'à l'avenir les assurances ne remboursent que le prix du générique le moins cher. Libre ensuite aux gens de faire ce qu'ils veulent. Mais les industriels ne sont pas bêtes. Ils aligneraient rapidement leur prix à la baisse.

C'est ce qui s'est passé dans 22 autres pays.

Les lunettes et les appareils auditifs sont deux autres domaines où les prix sont considérés comme élevés...

Pour ce qui est des lunettes, on constate que les prix ont baissé avec l'arrivée de grandes chaînes en Suisse. S'agissant des appareils auditifs, le gros problème c'est l'asymétrie entre le savoir du client et celui du spécialiste. Ce dernier peut raconter n'importe quoi, le commun des mortels n'y comprendra rien. Le seul conseil qu'on peut donner, c'est de se renseigner au maximum avant l'achat.



Boivin Nicolas

9 SOLDES Les bonnes affaires à ne pas manquer. Mais attention toutefois aux fausses soldes, prévient Valérie Muster: «Parfois, les magasins passent des commandes d'articles à des prix particulièrement bas durant cette période. C'est légal, mais ce n'est pas toujours avantageux.» **Mieux vaut repérer ce que l'on veut et attendre que le prix baisse.** On peut aussi se regrouper pour avoir de meilleurs prix, comme sur les sites www.groupon.ch ou www.deindeal.ch.

10 OCCASIONS Et pourquoi pas? Le Net a pris le relais des magasins de seconde main, comme sur le site Ricardo.ch. «Le droit de retour sur Internet, actuellement en discussion au Parlement, peut être un problème, constate la juriste. En cas de défaut de l'objet vendu, s'il n'a pas été mentionné par écrit que c'est sans garantie, **le vendeur offre implicitement une garantie de 2 ans.**»

11 FIDÉLITÉ Les cartes de fidélité permettent dans certains cas d'obtenir des réductions sur les produits des magasins, mais aussi en dehors. La carte FNAC, pour ne pas la citer, octroie par exemple des réductions sur les places de cinéma ou spectacles. Pour les restaurants, il y a notamment **le Pass-sport Gourmand, qui permet de manger à deux pour le prix d'un.**

12 CALENDRIER Beaucoup de musées sont **gratuits un jour par mois**, alors que les cinémas font souvent des prix spéciaux certains jours de la semaine.



Benjamin Albiach Galan

ela m'arrive aussi»

admet qu'il n'a pas toujours la tâche facile.

Est-ce que vous menez des actions spécifiquement liées aux seniors?

Mon rôle est de défendre tous les consommateurs, pas une catégorie en particulier.

Et pour ce qui est des télécommunications, à quand un alignement sur les tarifs des pays voisins?

J'ai réitéré ma demande aux Chambres et au Conseil fédéral d'adapter la loi en vigueur. On m'a dit que cela se ferait durant cette législature encore. Mais celle-ci est bientôt finie.

Hormis l'alcool, la nourriture représente un peu plus de

7% du budget des Suisses. Ce secteur se goinfre-t-il sur leur dos?

Je ne dirais pas ça de cette manière. Les prix dans les supermarchés suisses sont le fruit d'une politique agricole protectionniste. Mais disons que les gens votent avec leurs pneus, ils font leurs emplettes à l'étranger.

Vous aussi?

Moi? Cela m'arrive aussi parfois.

Propos recueillis par Jean-Marc Rapaz

Monsieur Prix, Essingerstrasse 27, 3003 Berne ou sur son mail: stefan.meierhans@pue.admin.ch



DR