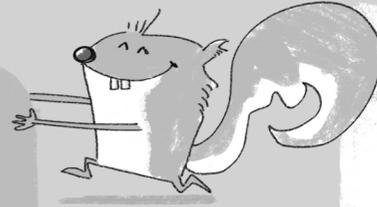




BON À SAVOIR :

Attention, il est bon de vérifier si le médecin est conventionné, sinon, le coût de la consultation sera plus élevé ! Avant une hospitalisation, mieux vaut poser un maximum de questions pour éviter les surprises de la facture.

Avant de prendre rendez-vous chez un spécialiste, demander l'avis de son médecin généraliste et même lui demander de rédiger une demande de consultation spécialisée, ça coûtera moins cher ! La Maison médicale est une formule de soins pluri-disciplinaire, démocratique et souvent la moins chère. Les mutuelles multiplient aussi leurs services et interventions dans le coût des soins ou la location d'appareils, grâce à l'assurance complémentaire. Dans tous les cas, j'ose me renseigner !



Mes n° de tél. utiles :



2.4 BIEN-ÊTRE, SANTÉ ET HYGIÈNE



Type de dépense	Facture mensuelle	Facture annuelle
Coûtisation mutuelle/CAAMI		
Médecin généraliste		
Médicaments, pharmacie de base, ...		
Frais d'hospitalisation		
Consultation chez un spécialiste (kiné, gynéco, cardio, ...)		
Soins/aide à domicile		
Dentiste, soins/réparations des dents, rendez-vous annuel		
Lunettes, ophtalmologue, lentilles,...		
Coiffeur, soins des cheveux, ...		
Sports, gymnastique, yoga, ...		
Shampooing, savon, dentifrice, ... (voir aussi Panier 2.3)		
Autres		
TOTAL = €	Total/mois = Tm	Total/année = Ta



Opération de mensualisation : Je divise le Ta par 12 > $Ta/12 =$

Si je n'ai pas de Facture annuelle, alors : $Tm =$

Si j'ai une Facture annuelle, alors : $Tm + Ta/12 =$

Si je veux anticiper petit à petit : Provision à mettre de côté chaque mois = $TOTAL\ 2.4 =$

* Si je connais déjà les montants, je vais directement à la case Total avec le lièvre, sinon, j'avance avec la tortue, étape par étape