

Séminaire « Préparer sa retraite »

Quelques éléments pratiques pour sa retraite	
Check-liste « retraite »	
→ Possibilités	Retraite partielle, différée
→ Budget : ressources / dépenses	I, II, III pilier, immobilier, héritage, nouveau job, charges ?
→ Délais : employeur, I, II, III pilier, hypothèques (!)	Quels délais ?
→ Prestations : rente ou capital	Quelles possibilités, échelonnement
→ Aspects fiscaux	Simulation pour les 5 ans/10 ans à venir
→ Aspects patrimoniaux, héritiers	Régler sa succession
→ Espérance de vie	Incidence sur mes choix
→ Logement	Logement adapté, et dans 10 ans ?
→ Cotisations AVS (si retraite anticipée)	A régler avec sa caisse de compensation
→ Assurance Accidents	A régler avec sa caisse maladie

Prendre sa retraite, mode d'emploi

1. Pour obtenir une estimation de votre future rente AVS, envoyez le formulaire « Demande de calcul d'une rente future » à votre caisse actuelle de compensation AVS.
2. Plusieurs mois avant la date de votre prise de retraite AVS, demandez votre rente AVS à votre dernière caisse de compensation et votre rente du 2^{ème} pilier auprès de votre caisse de pension.
3. En quittant votre employeur, vérifiez votre couverture accidents auprès de votre assurance-maladie.
4. Une fois en possession de vos attestations de rentes AVS et de Caisse de pension, demandez une éventuelle adaptation de vos tranches d'impôts auprès de l'administration fiscale.
5. Si vos revenus sont modestes, faites valoir vos droits pour obtenir :
 - **des prestations complémentaires à l'AVS (PC)** auprès de l'Agence communale AVS
 - **des subventions pour vos primes d'assurance-maladie** (si diminution importante de revenus)

Séminaire « Préparer sa retraite »

Adresses utiles

<p>Pro Senectute Valais-Wallis Sport et Mouvement – Animation et Prévention Service social pour les seniors Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 027 322 07 41 www.vs.prosenectute.ch</p>	<p>Préparation à la retraite Mme Daniella Saudan Frachebourg Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 078 773 06 19 daniella.saudan-frachebourg@vs.prosenectute.ch</p>
<p>Caisse de Compensation du Canton du Valais Des questions sur l'AVS, prestations complémentaires, moyens auxiliaires, etc. Avenue de Pratifori 22 Case Postale 287 1951 Sion 027 324 91 11 www.avs-ai.info</p>	<p>Service cantonal des contributions de l'Etat du Valais Des changements sur les questions fiscales lors du passage à la retraite ? Avenue de la Gare 35 1950 Sion 027 606 24 50 www.vs.ch</p>
<p>Bénévoles Valais-Wallis S'engager comme bénévole, avoir besoin d'une prestation d'un service bénévole M. Frédéric Vuignier, secrétaire général Rue de la Porte-Neuve 20 1950 Sion 027 324 95 37 www.benevoles-vs.ch</p>	<p>Fédération valaisanne des retraités Pour défendre ses intérêts de retraité et continuer à s'engager M. Christian Bonvin, co-président Case postale 492 1951 Sion 079 224 34 35 www.fvr-wvr.ch</p>
<p>Association Proches aidants Valais Prendre soin de soi et de son proche Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 027 321 28 28 www.proches-aidants-valais.ch</p>	<p>Association Alzheimer Valais - Wallis Conseils et soutien aux personnes atteintes de démence et à leurs proches Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 027 525 83 62 www.alzheimer-schweiz.ch</p>
<p>Centres Médicaux sociaux (CMS) Aide et soin à domicile Groupement valaisan des CMS Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 027 552 01 80 www.cms-smz.ch</p>	<p>Association valaisanne des EMS (AVALEMS) Des questions liées aux différents EMS Avenue de Tourbillon 19 1950 Sion 027 323 03 33 www.avalems.ch</p>