

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 39 (2009)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Info Seniors

#### **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:** 18.02.2026

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

# Préparer sa retraite

Un certain nombre de démarches doivent impérativement être accomplies avant l'entrée en retraite. Marche à suivre.

**P**rendre sa retraite représente des changements importants en matière de structure des revenus et de recomposition du budget courant. Quelques points essentiels méritent d'être relevés afin de permettre aux futurs retraités de préparer au mieux cette importante transition de vie:

## • Connaître le montant de ses rentes futures

Il est possible de demander à sa caisse de compensation AVS une estimation de sa future rente. A cet effet, un formulaire de «Demande de calcul d'une rente future» permet d'obtenir les informations souhaitées. Une estimation pour plusieurs cas de figure peut être requise, par exemple pour une rente versée à l'âge ordinaire AVS (64 ans pour les femmes, 65 ans pour les hommes) ou anticipée d'une ou de deux années. Pour les personnes qui

sont ou ont été salariées, il convient également de se renseigner auprès de sa caisse de pension sur le montant des prestations du 2<sup>e</sup> pilier. Les prestations d'un éventuel 3<sup>e</sup> pilier, par exemple sous forme de rente viagère issue d'une assurance vie, doivent aussi être prises en compte.

## • Décider d'une éventuelle anticipation de la rente AVS

Le droit au versement de sa rente AVS peut être anticipé d'une ou de deux années pleines par rapport à l'âge ordinaire, cela tant pour les femmes que pour les hommes. La perception avancée de la rente est liée à une réduction pérenne de celle-ci, à hauteur de 6,8% par année d'anticipation.

## • S'acquitter de ses cotisations AVS

En situation de préretraite, il est nécessaire de

s'acquitter des cotisations à l'AVS pour les personnes sans activité lucrative jusqu'à l'âge ordinaire donnant droit à la rente. Cette règle s'applique aussi en cas de perception anticipée de la rente AVS.

## • Demander sa rente AVS

La rente AVS n'est pas versée automatiquement, l'assuré doit adresser à sa caisse de compensation une demande de rente au moyen du formulaire approprié. Il est conseillé de l'établir au moins trois mois avant l'ouverture du droit à la rente.

## • Adapter le montant de ses impôts

Sur la base de ses certificats de rentes AVS et LPP, il est recommandé de demander une adaptation de ses acomptes provisionnels auprès de l'administration fiscale.

## • Activer sa couverture d'assurance pour le risque accidents auprès de sa caisse maladie

La couverture des risques d'accidents par le biais de l'assurance LAA de l'employeur cesse trente jours après la fin des rapports de travail. Il convient alors de demander à son assurance maladie personnelle d'activer sa couverture pour les risques d'accidents.

## • Faire valoir ses droits en matière de prestations complémentaires à l'AVS et de subside à l'assurance maladie

Pour les rentiers AVS disposant de ressources matérielles modestes, il est vivement recommandé de s'informer sur son droit à obtenir des prestations complémentaires à l'AVS (PC). Celles-ci peuvent être accordées même en présence d'une fortune mobilière ou immobilière, en vertu d'une prise en considération partielle de celle-ci. Elles constituent un droit désormais ancré dans l'article 112a de la Constitution fédérale et ne sont ni imposables, ni remboursables. Pour les personnes n'ayant pas droit aux PC, l'accès au subside cantonal pour l'assurance maladie peut être étudié séparément. ■

## Info seniors

0848 813 813

du lundi au vendredi

Vaud: de 8 h 15 à 12 h

et de 14 h à 17 h

Genève:

de 8 h 30 à 12 h

Fribourg, Jura,

Neuchâtel, Valais,

voir adresses p. 35.

Egalement Générations, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne

## Documentation utile

Trois notices explicatives, publiées par le Centre d'information AVS/AI, sont particulièrement utiles: «Age flexible de la retraite» (memento 3.04), «Calcul anticipé de la rente» (memento 3.06) et «Cotisations des personnes sans activité lucrative à l'AVS, à l'AI et aux APG» (memento 2.03). A demander auprès des caisses de compensation AVS et des agences d'assurances sociales. Elles sont également disponibles sur le site internet [www.avs-ai.info](http://www.avs-ai.info), à recommander pour ses informations claires et complètes sur l'ensemble du 1<sup>er</sup> pilier.