

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2019)
Heft: 111

Rubrik: Pro Senectute

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: 12.01.2026

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



De l'art de devenir retraité

Pro Senectute et la Banque Raiffeisen ont réalisé une brochure à l'intention des futurs rentiers. Le document détaille conseils et exemples concrets, afin de préparer judicieusement sa retraite.

Du jour au lendemain, on se retrouve à la retraite. Afin de passer le cap de la meilleure des manières, il faut se préparer à affronter l'échéance et à apprendre à devenir retraité.

Conscients de cette réalité, Pro Senectute et la Banque Raiffeisen ont publié un mode d'emploi pour les futurs rentiers. C'est d'ailleurs davantage qu'une brochure d'information, il s'agit véritablement d'une incitation à anticiper, afin d'éviter déboires et malheurs qui accablent encore trop de retraités.

Mais pourquoi s'associer à un institut bancaire? «Lors de consultations sociales auprès de Pro Senectute, nous

constatons que les demandes de plus de 53 000 personnes concernent, en premier lieu, des conseils sur leur situa-



« Il vaut mieux prévoir que subir les conséquences d'un manque d'anticipation »

ALAIN HUBER, PRO SENECTUTE

tion financière», indique Alain Huber, secrétaire romand et membre de la direction de Pro Senectute Suisse.

Sans ignorer les aspects psychosocio-affectifs, pour lesquels Pro Senectute propose d'autres programmes, l'idée était de se focaliser sur les conditions matérielles de la retraite et «de bénéficier de nos compétences respectives», précise encore Alain Huber. L'objectif commun de cette coopération: insister sur l'importance de se préparer au mieux pour vieillir autonomement.»

DES CAS CONCRETS

La brochure, claire et articulée, enrichie de cas concrets, énumère les questions à se poser, et, en fonction des réponses, les actions à entreprendre. «A partir de 50 ans, note le secrétaire romand, il est temps de faire un bilan des moyens disponibles, de considérer

l'existence qu'on souhaite mener après la retraite, qu'elle soit anticipée ou ordinaire, et de se projeter dans l'avenir, avec son lot d'événements imprévisibles.»

Il y a alors deux grands sujets à examiner: la prévoyance sociale et le logement.

La première détermine les revenus disponibles une fois retraité, en dehors d'une fortune éventuelle. Il est bon de vérifier les rentes probables de l'AVS et de la caisse de pension ou d'un éventuel 3^e pilier.

Quant au logement, il est utile de se demander si l'actuel sera toujours adapté à ses besoins, en cas de problèmes de santé notamment. Et si on aura toujours les moyens de couvrir ses coûts. Sans oublier d'envisager de déménager, si nécessaire.

En même temps, la brochure suggère d'établir un budget réaliste et très détaillé susceptible de couvrir les charges attendues. Pour bien faire les choses, Raiffeisen propose un calculateur de budget en ligne. Suivant le résultat, la banque offre ses services aux intéressés pour étudier les mesures à prendre: renflouer l'AVS, investir dans un 3^e pilier, revoir le portefeuille d'assurances, etc.

Dans le but de faciliter la compréhension du contexte plus global dans lequel s'intègre chaque cas individuel, le document expose les bases du système de retraite helvétique avec toutes

ses variantes. La plaquette compile également les grandes tendances et les chiffres du vieillissement en Suisse. On apprend que, en 2050, plus de 2,5 millions de personnes auront plus de 65 ans en Suisse, soit 50 % de plus qu'aujourd'hui. Ou que 30 % à 40 % des personnes verront leur revenu diminuer après leur départ à la retraite.

«Voilà pourquoi, il vaut mieux prévoir que subir les conséquences désagréables d'un manque d'anticipation», conclut Alain Huber.

MARCO DANESI



Bien préparer votre retraite, guide gratuit à commander à Pro Senectute Suisse, rue du Simplon 23, 1800 Vevey, secretariat-romand@prosenectute.ch ou par téléphone au 021 925 70 10. Plus amples informations sur www.prosenectute.ch/retraite et www.raiffeisen.ch/retraite

Seniors et juniors, à table ensemble

Les seniors sont toujours de plus en plus nombreux à se rendre avec leurs petits-enfants dans des fast-foods. Moins souvent dans des restaurants. L'événement «Poivre et Sel» souhaite prendre le contre-pied.

A l'occasion des 100 ans de Pro Senectute Vaud, GastroVaud propose ainsi aux restaurateurs membres de l'association de convier grands-parents et juniors à partager un repas, le samedi 1^{er} juin 2019. Lancée en 2017, lors du 125^e anniversaire de GastroVaud, la journée est relancée cette année.

L'opération entend favoriser les liens entre les générations et soutenir les établissements où l'on mange «plus lentement» ainsi que d'autres mets.

Des menus sans frites et sans nuggets composés d'un plat, d'un dessert et d'un sirop seront offerts à chaque enfant jusqu'à 12 ans accompagné d'un senior qui paie sa consommation.

La liste des restaurants participant sera mise en ligne au début de mai sur le site www.gastrovaud.ch

PRO SENECTUTE

PLUS FORTS ENSEMBLE

BIENNE

Rue Centrale 40, CP 940
2501 Bienne
biel-bienne@be.prosenectute.ch
Tél. 032 328 31 11
Fax 032 328 31 00

FRIBOURG

Passage du Cardinal 18
CP 169 - 1705 Fribourg 5
info@fr.prosenectute.ch
Tél. 026 347 12 40
Fax 026 347 12 41

GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève
info@ge.prosenectute.ch
Tél. 022 807 05 65
Fax 022 807 05 89

TAVANNES

Chemin de la Forge 1, 2710 Tavannes
prosenectute.tavannes@ne.ch
Tél. 032 886 83 80
Fax 032 886 83 89

DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés
Ch. du Puits 4, CP 800
2800 Delémont
prosenectute.delémont@ne.ch
Tél. 032 886 83 20
Fax 032 886 83 19

NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel
Rue de la Côte 48a
2000 Neuchâtel
prosenectute.ne@ne.ch
Tél. 032 886 83 40
Fax 032 886 83 41

LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25
2300 La Chaux-de-Fonds
prosenectute.cf@ne.ch
Tél. 032 886 83 00
Fax 032 886 83 09

VAUD

Rue du Maupas 51
1004 Lausanne
info@vd.prosenectute.ch
Tél. 021 646 17 21
Fax 021 646 05 06

VALAIS

Siège et centre d'information
Rue de la Porte-Neuve 20, 1950 Sion
info@vs.prosenectute.ch
Tél. 027 322 07 41
Fax 027 322 89 16