



## CONSEILS PRATIQUES POUR MIEUX VOUS PRÉPARER À LA RETRAITE

***Ce document a été élaboré afin de répondre à diverses préoccupations. Vous trouverez, à la fin, toutes les adresses essentielles pour la bonne marche de votre prise de retraite. Bonne lecture!***

### À CINQ (5) ANS OU MOINS DE LA RETRAITE

#### 1. Planification financière

Au minimum cinq ans avant de toucher votre rente de retraite, il convient de commencer votre planification financière en allant rencontrer une personne conseillère d'une institution financière afin de :

- évaluer ses avoirs (maison, comptes bancaires, investissements, ...) et les comparer à ses dettes;
- développer une stratégie afin de liquider ou, du moins, de minimiser ses dettes avant de toucher sa rente;
- évaluer le revenu mensuel qui vous est nécessaire pour vivre aujourd'hui;
- évaluer ce dont vous aurez besoin pour vivre à la retraite.

**Note :** *Les buts de la planification financière ne sont pas d'amasser de grosses sommes mais de prévoir vos besoins futurs pour éviter toute surprise qui pourrait causer des embarras financiers pendant la retraite et surtout de maintenir un style de vie comparable à celui que vous aviez avant la retraite.*

Date : \_\_\_\_\_

#### 2. Testament

Il convient de faire votre testament ou de le réviser afin qu'il reflète les changements de votre état familial et financier.

Date : \_\_\_\_\_

#### 3. État de participation à votre régime

Faire une demande de votre état de participation de votre régime de retraite. Cela vous montrera le détail de votre participation ainsi que des prévisions en vue de votre retraite.

Date : \_\_\_\_\_

#### 4. Rachat d'années de service

Toute demande de rachat d'années de service doit parvenir à la CARRA pendant que vous participez encore à votre régime de retraite. Communiquez avec votre syndicat, pour connaître la procédure pour racheter des périodes de service.

Date : \_\_\_\_\_

#### 5. Session de préparation à la retraite

Durant l'année qui précède votre date d'admissibilité ou cinq ans avant, vous devriez assister à une session de préparation à la retraite.

Date : \_\_\_\_\_

### À DEUX (2) ANS OU MOINS DE LA RETRAITE

#### 6. Entente de transfert

Des ententes de transfert permettent à l'employé qui change d'emploi de transférer ses années de service dans son nouveau régime de retraite. La CARRA a conclu une entente de transfert avec certains organismes. Si cette situation vous touche nous vous invitons à communiquer avec votre syndicat.

Date : \_\_\_\_\_

#### 7. Estimation d'une rente

Compléter le formulaire « Demande d'estimation de rente » disponible sur le site de la CARRA. (Voir coordonnées en page 4) **Gardez une copie.**

Date : \_\_\_\_\_

### À MOINS D'UN AN DE LA RETRAITE

Si vous êtes admissible à une pension.

#### 8. Demande de retraite

Trois mois ou plus avant votre dernière journée de travail :

Procédures :

- Communiquer avec votre employeur.
- Compléter le formulaire « Demande de rente de retraite » disponible sur le site de la CARRA. (Voir coordonnées en page 4) À faire remplir par l'employeur et à compléter par l'employé. **Gardez une copie.**

**Note :** *Prenez en charge l'envoi de cette demande et assurez-vous que la CARRA a reçu une copie trois mois avant votre démission.*

Date : \_\_\_\_\_

## 9. Assurances et adhésion à l'AREQ (CSQ)

Quelques mois avant votre retraite, communiquez avec SSQ et demandez la « Trousse ASSUREQ ». Cette trousse contient les formulaires d'adhésion à l'AREQ (CSQ) et à ASSUREQ et la brochure des protections en assurance collective (maladie et vie).

Conditions pour les assurances :

- Devenir membre de l'AREQ (CSQ)
- Devenir membre d'ASSUREQ
- Délai : 90 jours à partir de la date d'admissibilité, après ce délai, vous n'êtes plus admissible à l'assurance
- Exemption disponible

Date : \_\_\_\_\_

## À 60 ANS ET RRQ

10. Vous êtes admissible à une rente du Régime des rentes du Québec sans réduction actuarielle à l'âge de 65 ans, mais vous pouvez la demander dès 60 ans, avec une réduction actuarielle si vous avez pris votre retraite ou si vous acceptez de diminuer d'au moins 20 % votre revenu en vue de la retraite. Y a-t-il intérêt?

### ➤ MONTANTS MAXIMAUX APPROXIMATIFS

- Rente à 60 ans (2010) 653,92 \$ / mois
- Rente à 61 ans (2010) 709,97 \$ / mois

Si vous attendez à 61 ans, vous vous privez de 12 mois X 653,92 \$ = 7 847,04 \$ pour gagner 56,05 \$ par mois de plus. Donc, 140 mois (11 ans et 8 mois) pour récupérer la perte! (À 72 ans)

**Donc, à 60 ans, demandez la rente de la RRQ (TROIS MOIS AVANT VOTRE ANNIVERSAIRE DE NAISSANCE).** (Voir coordonnées en page 4)

## À LA RETRAITE OU APRÈS VOS 60 ANS

11. Après vos 60 ans (certains avantages sont disponibles dès votre 55<sup>e</sup> anniversaire), assurez-vous de profiter des ressources communautaires et des nombreux avantages offerts par différents organismes.

Date : \_\_\_\_\_

12. Six mois avant d'atteindre l'âge de 65 ans, faites la demande pour recevoir votre pension de sécurité de la vieillesse.

Date : \_\_\_\_\_

13. Avant la fin de l'année civile de vos 71 ans, vous devez avoir décidé de ce que vous voulez faire avec vos REER. Allez chercher des avis professionnels!

Date : \_\_\_\_\_

14. Votre premier jour de retraite, ayez une belle pensée pour vos collègues.

**15. JOUISSEZ DE VOTRE RETRAITE PENDANT DE NOMBREUSES ANNÉES! VOUS L'AVEZ BIEN MÉRITÉE!**

## AIDE-MÉMOIRE

### ORGANISMES À CONTACTER OU ADRESSES PERTINENTES ET LISTE D'HYPERLIENS

#### ASSURANCES

➤ **SSQ – Service à la clientèle**

2525, boul. Laurier

C.P. 10500, Succ. Sainte-Foy

Québec (Québec) G1V 4H6

Sans frais : 1 888 900-6962

Québec : 418 651-7000

**RAMQ – Québec**

1125, Grande Allée Ouest

Québec (Québec) G1S 1E7

Tél. : 418 646-4636

Sans frais : 1 800 561-9749

**À Montréal**

425, boul. De Maisonneuve Ouest

3<sup>e</sup> étage, bureau 300, Montréal H3A 3G5

Tél. : 514 864-3411

➤ **AUTO ET HABITATION / LA PERSONNELLE – Les protections RésAut CSQ**

Site internet : [www.csq.lapersonnelle.com](http://www.csq.lapersonnelle.com)

Tél. : 1 888 476-8737

#### RETRAITE

**CARRA - Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances**

475, rue Saint-Amable

Québec (Québec) G1R 5X3

Site : [www.carra.gouv.qc.ca](http://www.carra.gouv.qc.ca)

Sans frais : 1 800 463-5533

Québec : 418 643-4881

**AREQ (CSQ) - Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec**

320, rue Saint-Joseph Est

Bureau 100 Québec (Québec) G1K 9E7

Courriel : [areq@csq.qc.net](mailto:areq@csq.qc.net)

Sans frais : 1 800 663-2408

Québec : 418 525-0611

Télécopieur : 418 525-0769

<http://areq.csq.qc.net>

**RRQ (Régie des rentes du Québec)**

Québec : 418 643-5185

Sans frais : 1 800 463-5185

Montréal : 514 873-2433

**Demande de relevé de participation** [www.rrq.gouv.qc.ca](http://www.rrq.gouv.qc.ca)

**Développement social Canada – Pension de Sécurité de la vieillesse**

Service Canada

Ottawa (Ontario) K1A 0J9

Sans frais : 1 800 277-9915

**Services Québec - Citoyens**

➤ Québec : 418 644-4545

Sans frais : 1 877 644-4545

Montréal : 514 644-4545

➤ Programmes et services pour les aînés

Site internet : <http://www.55ans.info.gouv.qc.ca/fr/index.asp>

➤ Que faire lors d'un décès

Site internet : <http://www.deces.info.gouv.qc.ca/fr/index.asp>