

Édition septembre 2016

LE POINT SUR...



MON DÉPART À LA RETRAITE



PENSION
DE RETRAITE

FAMILLE

BUDGET
RETRAITE

ÉPARGNE

BIEN-ÊTRE
ET SANTÉ

TEMPS LIBRE

DÉPART DE
L'ENTREPRISE

CADRE DE VIE

Solutions Retraite

Retrouvez-nous sur groupama.fr



Groupama
la vraie vie s'assure ici



SOMMAIRE

La retraite, c'est un nouvel espace de liberté qui s'ouvre devant vous et aussi une nouvelle étape de votre vie qui mérite d'être préparée.

Avec ce guide dédié au départ à la retraite, Groupama vous accompagne en vous proposant des informations clés, des conseils utiles, pour répondre à vos nombreuses questions :

Comment faire valoir mes droits à la retraite ? Calculer mon budget à la retraite ? Mais aussi m'aider à protéger ma santé ? Donner de mon temps à ma famille ? Commencer une nouvelle activité ? ...

L'objectif de ce guide est de vous aider à trouver des solutions adaptées et économiques, celles qui vous permettront de :

- trouver des réponses astucieuses pour votre nouvelle vie,
- faire le plein des aides auxquelles vous avez droit,
- et bénéficier de bonnes garanties d'assurance, adaptées à votre situation.

N'hésitez pas à rencontrer votre Conseiller Groupama ; il fera le point avec vous et vous proposera les solutions dont vous avez besoin.

Bonne lecture !

i **Rendez-vous sur groupama.fr/conseils**

Conduire en sécurité, partir en vacances sans trop dépenser, entretenir sa forme, bien choisir sa complémentaire santé, faire fructifier son épargne... découvrez des conseils pratiques et utiles, entièrement dédiés aux seniors.



P. 4 PENSION DE RETRAITE

Comment vérifier le montant de ma future pension ?
Et demander sa mise en place ?

P. 8 DÉPART DE L'ENTREPRISE

Quelle est la marche à suivre ?

P. 11 BUDGET RETRAITE

Comment évaluer son montant ? Et le compléter si besoin ?

P. 14 ÉPARGNE

Quelles solutions pour adapter mon épargne à mes projets ?

P. 17 BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Quels réflexes pour rester en forme ?
Comment choisir ma complémentaire santé ?

P. 20 TEMPS LIBRE

Comment en profiter ? Et démarrer une nouvelle activité ?

P. 23 FAMILLE

Quelles solutions pour aider mes enfants et petits-enfants ?
Et accompagner mes parents ?

P. 25 CADRE DE VIE

Comment adapter mon logement à ma nouvelle vie ?
Et le sécuriser en toutes circonstances ?

PENSION DE RETRAITE

La date de départ approche... Vous allez donc réaliser les démarches pour "liquider votre retraite" et pouvoir toucher votre pension. Soyez vigilant sur cette étape car toute modification de son montant devra suivre une démarche très cadrée.



NOS CLIENTS LE DISENT*

Plus de 9 clients sur 10 souhaitent contrôler le montant de leur pension avant la retraite.

ÉTAPE 1

Environ 2 ans avant votre date de départ à la retraite : vérifiez votre Relevé Individuel de Situation (RIS)

Le délai de rectification peut être long si vous avez décelé une ou plusieurs erreurs. Mieux vaut donc s'y prendre à l'avance...

- **Rassemblez tous vos bulletins de salaire** sans exception, ainsi que vos attestations de travail et les justificatifs de chômage ou de maternité.
- **Prenez votre dernier RIS** ou téléchargez-le sur le site de votre caisse de retraite actuelle. Envoyé tous les 5 ans, ce document recense, année par année, vos droits acquis : d'une part, pour votre régime de base, d'autre part, pour les régimes complémentaires.
- **Commencez par vérifier** que vous avez bien tous vos trimestres, contrôlez que toutes les périodes figurent bien dans vos relevés. Si vous trouvez des "0" dans les colonnes Arrco et Agirc pour les cadres, vérifiez que vous n'avez pas cotisé à l'aide de vos bulletins de salaire correspondants.

Pour décrypter votre RIS, rendez-vous sur lassuranceretraite.fr, rubrique "Salariés", onglet "Mon relevé de carrière".



1 pension de retraite sur 10 est mal calculée.

Source : rapport de la Cour des comptes publié le 01/07/2013

Les cas d'erreurs les plus fréquents

- Vous avez cotisé à différents régimes de base car vous avez changé de secteur d'activité.
- Vous avez changé de région ou vous êtes parti travailler à l'étranger.
- Vous avez eu une ou plusieurs périodes de chômage.

... En cas d'erreur, prenez rendez-vous avec votre caisse de retraite.

Pour retrouver le nom d'un régime de retraite spécifique auquel vous avez cotisé, rendez-vous sur le site info-retraite.fr, et cliquez sur "Retrouvez mes contacts de régime de retraite".



VOUS AVEZ FAIT UNE DEMANDE DE RECTIFICATION ?

Attendez de recevoir un Relevé Individuel de Situation rectifié pour faire votre demande de retraite. Tout sera plus simple.

ÉTAPE 2

Environ 6 mois avant votre départ à la retraite : demandez sa "liquidation"

La "liquidation" de votre pension de retraite n'est pas automatique : c'est à vous d'en faire la demande à votre dernière caisse de retraite, au moins 4 mois avant la date de départ que vous aurez choisie.

Pour éviter toute rupture de paiement et assurer une parfaite continuité entre votre revenu professionnel et votre retraite, n'attendez pas le dernier moment pour faire votre demande.

* Étude réalisée par Groupama auprès de ses clients en 2014.

NOS CLIENTS LE DISENT

8 clients sur 10 considèrent que les démarches à entreprendre pour leur retraite sont essentielles.

Conseils

- Le dernier trimestre en activité n'est pris en compte que s'il est totalement terminé : mieux vaut partir le 1^{er} juillet que le 30 juin !
- De même, si votre dernier poste fait partie de vos 25 meilleures années en termes de salaire, finissez l'année civile et prenez votre retraite début janvier pour ne pas perdre cette dernière année dans la prise en compte de vos droits.

Comment demander la liquidation de votre retraite ?

- **Pour cela vous devez remplir 2 formulaires** : l'un pour le régime de base et l'autre, pour la retraite complémentaire. Vous pouvez les retirer auprès de votre point d'accueil retraite, votre mairie ou les télécharger sur les sites suivants : lassuranceretraite.fr et agirc-arrco.fr, rubrique "Demander", puis "Vos démarches".
- **Une fois ces formulaires complétés, vous les envoyez** :
 - pour le régime de base : à la dernière caisse à laquelle vous avez été rattaché,
 - pour la retraite complémentaire à l'adresse indiquée sur le formulaire.

Ces 2 organismes s'occupent de transmettre votre demande aux autres caisses concernées éventuellement.

N'oubliez pas de joindre tous les justificatifs demandés : relevé d'identité bancaire, dernier avis d'imposition...

- **Vous recevrez une notification** de votre caisse : ce document officiel justifie de votre qualité de retraité. Lisez-le attentivement car il vous indique le point de départ et le montant de votre retraite. Vérifiez bien que ces informations sont celles que vous attendez. Si c'est nécessaire, envoyez des photocopies et conservez toujours l'original précieusement.



ÂGE MINIMUM, ÂGE LÉGAL, TAUX PLEIN...

Partir à l'âge légal ne veut pas dire bénéficier du taux plein, c'est-à-dire du taux maximum de calcul de votre retraite. Pour cela, il faut avoir atteint l'âge minimum et aussi, avoir cotisé le nombre de trimestres requis qui dépend de votre date de naissance. Dans le cadre de certains dispositifs (longue carrière, travailleur handicapé...), il est également possible de partir avant l'âge légal. Pour en savoir plus, consultez : www.service-public.fr, rubrique "Travail", puis "Retraite".



VOUS AVEZ PERDU VOTRE EMPLOI AVANT DE POUVOIR PRENDRE VOTRE RETRAITE ?

La priorité est d'établir avec Pôle emploi un bilan précis : allocations chômage et durée, nombre de trimestres restant à acquérir avant de partir, cela afin de pouvoir vous organiser. Votre caisse de retraite peut aussi vous aider : contactez l'action sociale pour faire le point sur les différentes solutions d'accompagnement en attendant de pouvoir bénéficier de votre retraite.

Rappel

Compte tenu des délais de mise en place de votre pension qui peuvent varier selon les organismes, prévoyez une épargne de précaution sur vos livrets ; une fois la situation régularisée, vous pourrez reconstituer votre épargne avec le versement de vos arriérés de pension.

DÉPART DE L'ENTREPRISE

Si vous êtes salarié, vous allez donc quitter votre entreprise. Afin de partir serein, voici quelques pistes pour vous aider à ne rien oublier...

QUEL PRÉAVIS ?

Votre préavis peut varier selon la convention collective applicable dans votre entreprise. Vous devez respecter un délai de préavis suffisant pour informer votre employeur de votre départ à la retraite. Ce délai est généralement de :

- 1 mois, si vous avez entre 6 mois et 2 ans d'ancienneté*,
- 2 mois, si vous avez plus de 2 ans d'ancienneté*.



VOUS SOUHAITEZ RESTER EN ENTREPRISE MAIS TRAVAILLER MOINS

Avec l'accord de votre entreprise, vous pouvez aussi choisir la retraite progressive : vous poursuivez votre activité rémunérée à temps partiel tout en recevant une partie de votre pension de retraite. Attention, plusieurs conditions doivent être réunies, notamment avoir au moins 60 ans et réunir au moins 150 trimestres dans tous vos régimes de retraite de base.

VOTRE INDEMNITÉ DE DÉPART À LA RETRAITE

Si vous avez plus de 10 ans d'ancienneté dans votre entreprise, vous bénéficiez d'une indemnité minimum de départ. Elle est calculée en salaire brut et dépend de votre ancienneté. Légalement, son montant minimal est de :

- 1/2 mois de salaire après 10 ans,
- 1 mois après 15 ans,
- 1 mois et demi après 20 ans,
- 2 mois après 30 ans.

Il peut être prévu une indemnité supérieure au montant légal : renseignez-vous après de votre employeur.

À noter

Si votre départ à la retraite a lieu à l'initiative de votre employeur, vous toucherez au minimum :

- 1/5 d'un mois de salaire par année d'ancienneté de 1 à 10 ans,
- au-delà de 10 ans, le montant est majoré de deux quinzièmes de mois de salaire brut par année supplémentaire.

* Sauf dispositions plus favorables au salarié.



- En cas de départ volontaire, l'indemnité de départ à la retraite est imposable en totalité et doit être déclarée en salaire.
- En cas de départ dans le cadre d'un plan de sauvegarde de l'emploi, les indemnités versées sont totalement exonérées.
- Si l'initiative vient de l'employeur, les indemnités sont exonérées dans la limite du montant prévu par la loi ou par la convention collective, l'accord professionnel ou interprofessionnel.

VOS JOURS DE CONGÉS RESTANTS ET NON UTILISÉS

Pour vos congés payés (CP) comme pour votre compte épargne temps (CET, si votre entreprise en a mis un en place), ces jours peuvent vous permettre d'aménager la fin de votre carrière. Vous avez le choix entre :

- mettre en place une période de travail à temps partiel, en accord avec votre entreprise, avant votre départ ;
- prendre un congé jusqu'à votre départ ;
- basculer une partie des jours de votre CET sur votre PEE ou votre PERCO (dans la limite de 10 jours par an), pour profiter de leur défiscalisation et utiliser plus tard l'argent ainsi mis de côté.

Dans tous les cas, vos congés payés non utilisés, comme les jours restant sur votre CET, vous seront payés dans le cadre de votre solde de tout compte. Vous pourrez ainsi les utiliser pour faire le relais en attendant votre première pension de retraite. Dans ce cas, n'oubliez pas qu'ils sont imposables au même titre qu'un salaire et soumis aux charges sociales.

Rappel

Les jours restants de votre CET peuvent vous permettre de compléter un trimestre ou d'atteindre la fin de l'année civile (voir "Conseils" p. 6).

VOTRE ÉPARGNE DANS L'ENTREPRISE

Votre départ à la retraite est un motif de déblocage anticipé des sommes investies dans un **plan d'épargne entreprise (PEE)**. C'est donc le moment de profiter de votre épargne si vous en avez besoin... Mais vous pouvez aussi la laisser fructifier et l'utiliser plus tard.

Si vous détenez un **PERCO**, votre départ à la retraite permet de récupérer les sommes investies, selon votre choix :

- en capital uniquement pour en disposer librement,
- en rente viagère pour vous constituer des revenus réguliers toute votre vie durant,
- en optant pour un panachage des 2 modes de sorties - en rente et en capital - si l'accord instituant le PERCO le permet ; pour associer un complément de revenus, avec une réserve d'épargne disponible en cas de besoin.

Vous pouvez aussi laisser fructifier votre épargne et continuer à alimenter votre PERCO.

VOTRE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

Si vous avez un contrat collectif dans le cadre de votre entreprise, rendez-vous page 19 pour faire le point sur ce sujet important, car il existe plusieurs possibilités.

Stage de préparation à la retraite : ils sont de plus en plus fréquents

Interrogez votre mairie : certaines proposent un accueil spécifique aux nouveaux retraités. Objectif : vous aider à aborder positivement ce moment de transition. Avec votre Compte personnel à la formation (anciennement le DIF), vous pouvez suivre des stages de préparation à la retraite tant que vous n'avez pas fait valoir l'ensemble de vos droits à la retraite. Renseignez-vous auprès de votre entreprise.



COMMERÇANT OU CHEF D'ENTREPRISE ?

Vous cédez votre entreprise et vous souhaitez avoir les conseils d'un expert pour vous accompagner dans cette étape importante ? Demandez à votre Conseiller Groupama de vous organiser un rendez-vous avec un spécialiste.

BUDGET RETRAITE

Une fois connu le montant de votre pension de retraite, ainsi que vos autres revenus éventuels, faites le point sur votre futur budget.

NOS CLIENTS LE DISENT

1 client sur 2 s'organise pour diminuer ses dépenses une fois à la retraite.

FAIRE LE TOUR DE VOS DÉPENSES

Commencez par lister vos dépenses pour faire un point sur votre budget.

- les dépenses incontournables : logement, charges, voiture, santé, impôts, quotidien...
- les dépenses "compressibles" : vendre votre deuxième voiture, rembourser la fin d'un prêt en cours...
- les impôts : si vos revenus diminuent, faites le calcul mais n'oubliez pas que la première année de votre retraite, vous paierez des impôts sur votre dernière année d'activité. Pour évaluer leur montant, faites une simulation sur impots.gouv.fr.

En cas de baisse de vos revenus, vous pourrez ainsi déterminer ce qu'il est possible de diminuer plus facilement.



EXEMPLE CONCRET DE DÉPENSES COURANTES À REGARDER : LES FRAIS BANCAIRES

Chez Groupama Banque, votre cotisation mensuelle inclut le coût de votre carte bancaire, c'est plus léger pour votre budget. De plus, avec la carte Groupama Banque⁽¹⁾, vous choisissez vous-même votre code secret, vos retraits sont gratuits dans tous les distributeurs de la zone euro, quelle que soit la banque...

(1) Voir au dos du document.



AVEZ-VOUS DROIT À DES AIDES ?

La plupart des aides dépendent de votre niveau de ressources, avec des seuils différents selon les organismes. Voici une liste d'organismes à consulter :

- **pour une aide financière** : votre mairie, le centre communal d'action sociale (CCAS), l'assistante sociale de votre secteur, le centre local d'information et de coordination de votre département (CLIC), le Conseil général ; et aussi la Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV), vos caisses de retraite complémentaire,
- **pour la santé** : votre caisse d'assurance maladie (CPAM) pour obtenir la couverture maladie universelle complémentaire (CMU-C), ou l'aide à l'acquisition d'une complémentaire santé (ACS). Les formulaires sont disponibles sur ameli.fr,
- **pour le logement** : votre caisse d'allocations familiales (CAF).



AVEZ-VOUS DROIT À L'ASPA ?

Si vous avez au moins 65 ans et que le montant de vos ressources est inférieur à 801 € par mois pour une personne seule et 1 243 € pour un couple, vous êtes susceptible de bénéficier de l'ASPA (Allocation de solidarité aux personnes âgées)*.

Renseignez-vous auprès de votre caisse de retraite, de votre mairie ou sur service-public.fr

* Montants en vigueur au 1^{er} avril 2016.

COMMENT COMPLÉTER VOS REVENUS ?

Si votre pension de retraite n'est pas assez confortable, il existe différents moyens pour la compléter. Voici une liste de solutions possibles :

- reprendre une activité rémunérée et utiliser les règles du cumul emploi-retraite,
- louer une chambre de votre logement, par exemple à un étudiant,
- organiser des retraits partiels réguliers sur un contrat d'assurance vie si vous disposez d'une épargne conséquente,
- si vous ne pouvez pas faire autrement et que vous êtes propriétaire de votre logement, le vendre en viager peut être une solution à étudier.

EN SAVOIR PLUS

- Des conseils pour votre épargne ?
Rendez-vous au chapitre Épargne, p.14/16.
- Opter pour le cumul emploi-retraite ?
Rendez-vous sur www.groupama.fr/conseils/retraite.
- Besoin d'aide pour calculer votre budget ?
www.lafinancepourtous.com, rubrique "Vie familiale consommation", puis "Établir son budget", puis "Calculateur : budget simple".

ÉPARGNE

Pour adapter votre épargne à votre nouvelle vie et à vos projets, voici quelques conseils pratiques. Vous les connaissez sans doute, mais c'est le bon moment d'en faire un tour d'horizon.

NOS CLIENTS LE DISENT

1 client sur 2 considère l'épargne de précaution comme prioritaire.

POUR TOUT DE SUITE, L'ÉPARGNE DE PRÉCAUTION

Cette épargne est celle placée sur les livrets défiscalisés (Livret A, Livret de Développement Durable, Livret d'Épargne Populaire*) et aussi sur le Compte sur Livret. C'est le moment d'en vérifier le montant car elle pourra vous être utile, le moment venu pour :

- faire le relais entre vos revenus actuels et la mise à disposition de votre pension de retraite,
- payer le montant de l'impôt correspondant à votre dernière année d'activité et de votre indemnité de départ en retraite,
- vous offrir le séjour ou le voyage prévu de longue date,
- financer tout ou partie de votre nouvelle voiture,
- ou encore, payer des aménagements et des travaux divers dans votre maison.

Infos +

- Votre épargne de précaution doit représenter entre 3 et 6 mois de revenus.
- N'oubliez pas : le LDD (Livret de Développement Durable) a les mêmes avantages que le Livret A et vous pouvez placer jusqu'à 12 000 € par personne (22 950 € pour le Livret A)**.

* Produit(s) d'épargne réglementé(s). Renseignez-vous auprès de votre conseiller.

** Plafonds réglementés susceptibles de modifications. .

(2), (3) Produits Groupama Banque. Voir au dos du document.



À MOYEN TERME, EN COMPLÉMENT DES LIVRETS

- **Le compte à taux progressif⁽²⁾** : vous bénéficiez de taux croissants, année après année, connus dès l'ouverture et garantis par la banque. Chez Groupama, il se nomme Elancio et se souscrit à partir de 500 €. Votre argent reste disponible à tout moment et vous l'utilisez comme bon vous semble.
- **Le Plan d'Épargne Logement (PEL)⁽³⁾** : pour l'ouvrir il suffit de verser 225 € et ensuite 45 € minimum par mois. Au total, on peut y verser 61 200 €. Son taux est garanti à l'ouverture ainsi que pendant toute la durée du placement (1 % brut avant prélèvements sociaux, soit 0.85% net d'impôt pour les PEL ouverts en ce moment*). Cependant, tout retrait clôture le placement. C'est pourquoi, il est nécessaire d'avoir par ailleurs une épargne de précaution placée sur des livrets.



VOUS POUVEZ METTRE DE L'ARGENT DE CÔTÉ RÉGULIÈREMENT ?

Alimentez vos livrets, puis, une fois que vous avez un capital de côté dont vous n'avez pas besoin, placez-le sur une solution à plus long terme, comme par exemple, l'assurance vie.

61 % de nos clients mettent de l'argent de côté régulièrement.

Source : étude Groupama décembre 2013

* Taux en vigueur au 1^{er} août 2016.

(2), (3) Produits Groupama Banque. Voir au dos du document.



À PLUS LONG TERME, L'ASSURANCE VIE MULTISUPPORTS

L'assurance vie reste le placement préféré des Français : souple, disponible et avantageux sur le plan fiscal. L'important, c'est de trouver le bon équilibre entre le fonds en euros, totalement sûr et les supports en unités de compte.

En effet, ces derniers disposent d'un potentiel de performance plus important sur la durée en fonction du niveau de risque que vous êtes prêt à prendre. Pour cela, il est fortement conseillé de faire un bilan complet auprès de votre conseiller.

Selon le niveau de votre épargne, vos objectifs et votre horizon de placement, il vous orientera vers la répartition la mieux adaptée à votre situation personnelle et familiale. Chez Groupama, le contrat d'assurance vie multisupports s'appelle Groupama Modulation.

Vous souhaitez prévoir dès maintenant le capital que vous voulez transmettre à chacun de vos proches ? L'assurance vie vous permet de désigner des bénéficiaires. Vérifiez régulièrement auprès de votre conseiller que la clause bénéficiaire est à jour et qu'elle reste adaptée à votre situation familiale.

Astuce | Sur votre contrat d'assurance vie, vous pouvez effectuer un retrait, en cas de besoin ; après 8 ans, la fiscalité est très "allégée".

! VOUS SOUHAITEZ FAIRE UN DON, DÈS À PRÉSENT, À VOS ENFANTS OU VOS PETITS-ENFANTS ?

Rendez-vous au chapitre "Famille", p. 23/24 : vous trouverez de nombreuses solutions qu'il est important de connaître aujourd'hui pour profiter pleinement de leurs avantages.

BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Désormais, vous avez le temps de vous occuper de vous ! Pratiquer de l'exercice physique au quotidien permet de garder la forme et surtout, réduit les risques de maladie à long terme.

NOS CLIENTS LE DISENT

7 clients sur 10 ont déjà adopté les principes du "bien manger" et cela, quelques années avant le passage à la retraite.

DU SPORT AU QUOTIDIEN

Gymnastique, natation, vélo, marche... sans oublier les activités du quotidien qui sont aussi bénéfiques : jardiner, promener le chien, faire les courses à pied, prendre les escaliers... À vous de choisir !

! SE DÉPENSER... ET COMPTER !

Pour rester en bonne santé, il est recommandé de faire 10 000 pas par jour*, l'équivalent d'environ 30 minutes de marche rapide.

Savez-vous aussi que désormais, il existe des objets dits "connectés" ? Ils permettent de mesurer automatiquement votre nombre de pas quotidiens, vos cycles du sommeil ou encore de suivre votre courbe de poids... On trouve aujourd'hui des bracelets de ce type à partir de 50 €.

SOIGNER SON ASSIETTE

Bien manger, c'est aussi la clé pour garder la santé. Pour vous y aider, voici quelques sites à visiter :

- Rendez-vous sur **bienmangerpourmieuxvivre.fr** : un site ludique, pédagogique et personnalisé à consulter au quotidien. Ce site offre aux assurés santé Groupama un espace réservé qui propose des quiz et jeux, des paniers de saisons, les conseils du mois, des recettes...
- Faites aussi un tour sur **alimentation.gouv**, vous y trouverez des guides à télécharger "spécial seniors" pour bien manger au quotidien.

* Source OMS, 2013.



COMMENT CHOISIR VOTRE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ ?

Les frais de santé représentent un vrai budget, à ne pas négliger, notamment pour ce qui est peu ou mal remboursé par votre régime social de base : frais dentaires, lunettes ou lentilles, appareils auditifs, dépassements d'honoraires.

Soyons clair : les frais de santé augmentent avec l'âge, et donc aussi, la cotisation de la complémentaire santé.

L'un des critères importants pour choisir votre complémentaire santé est sa modularité : vos besoins évolueront avec le temps. Mieux vaut privilégier une solution souple où vous pourrez modifier le niveau des garanties.

Enfin, votre choix dépend aussi de votre situation actuelle.

Le tableau, en page 19, vous permet de connaître les démarches à faire et les possibilités dont vous disposez selon votre situation personnelle.

Astuce | Avec les réseaux de professionnels de santé Sévéane, partenaires de Groupama, vous pouvez diminuer sensiblement votre reste à charge dans les domaines où les régimes obligatoires interviennent peu : l'optique, le dentaire, l'audioprothèse. Bien sûr, vous conservez le libre choix de votre professionnel de santé.

Les professionnels de santé Sévéane pratiquent, en effet, des réductions importantes par rapport aux prix habituels du marché :

RÉSEAUX SÉVÉANE	Réductions par rapport aux tarifs moyens constatés (%)
1 100 audioprothésistes	de 20 à 60 % selon le type d'équipement choisi
4 800 chirurgiens-dentistes	15 % sur les couronnes
3 500 opticiens	Verres : 40 % - Monture : 15 % - Lentilles 10 %

AUJOURD'HUI, VOUS AVEZ...	DEMAIN...
Une complémentaire santé collective à adhésion obligatoire, proposée par votre entreprise	Pour conserver votre complémentaire, vous devez en faire la demande par lettre recommandée à votre entreprise dans les 6 mois suivant la rupture de votre contrat de travail. Vérifiez avant que les garanties vous conviennent car vous ne pourrez pas les changer. Sachez aussi que le prix augmentera puisque l'entreprise ne prendra plus en charge la part patronale de la cotisation. Pensez à comparer avec un contrat individuel.
La complémentaire santé collective de votre conjoint	Tant que votre conjoint(e) travaille, rien ne change. Le jour de son départ en retraite, vous vous retrouvez dans la situation présentée ci-dessus, si le contrat collectif de votre conjoint le permet.
Une complémentaire santé individuelle	Évidemment, vous pouvez la conserver. Profitez de votre départ en retraite pour faire un point complet et adapter vos garanties si besoin.
Aucune complémentaire santé	Entre nous, c'est le moment de vous poser la question : pourquoi ne pas choisir une solution très économique, bien utile en cas de gros pépins ?

Il existe des aides selon, notamment, le montant de vos ressources :

- moins de 8 653 € par an*, pour une personne seule : vous avez peut-être droit à la couverture maladie universelle complémentaire (CMU C) ; c'est une complémentaire santé gratuite.
- si vos ressources ne dépassent pas un certain plafond, vous pouvez avoir droit à l'aide à l'acquisition de la complémentaire santé (ACS) ; c'est une réduction sur le prix de la complémentaire santé qui dépend de votre âge (550 € par an pour les plus de 60 ans).

Pour savoir si vous pouvez bénéficier de ces aides, faites la demande auprès de votre caisse de régime obligatoire.

Pour certains d'entre vous, c'est peut-être le moment de se protéger au-delà des problèmes de santé classiques...

Accident, perte d'autonomie, préparation des obsèques... si vous vous sentez concerné par ces sujets, prenez le temps d'en parler avec votre conseiller Groupama.

* au 1^{er} mai 2016. Ameli.fr rubrique remboursements CMU.

TEMPS LIBRE

Pendant des années, votre emploi du temps a été rythmé par votre vie professionnelle. Une fois à la retraite, vous allez modifier vos horaires et vos habitudes. Bien sûr, vous allez profiter de votre temps libre mais aussi organiser de nouvelles activités...

NOS CLIENTS LE DISENT

9 clients sur 10 ont un accès à internet et 6 sur 10 l'utilisent chaque jour !

LOISIRS ET VIE SOCIALE

En vous lançant dans des activités sociales ou culturelles, vous pourrez échanger, faire de nouvelles connaissances.

Pensez aussi aux réseaux sociaux d'activités partagées : ils proposent de se retrouver pour participer à une passion commune (bridge, randonnée, cours de danse, musées...). L'occasion de nouer de nouvelles relations et de rester actif.

Génération Mouvement, premier réseau associatif de France, a pour objectif de créer du lien social et de donner une place entière aux retraités dans la société. Rendez-vous sur generations-mouvement.org.

Vous consacrer à vos passions ou découvrir de nouvelles activités... le choix est large !

Réfléchissez aux activités dans lesquelles vous souhaitez vous lancer. Renseignez-vous auprès de votre mairie : en un seul endroit, vous trouverez tout ce qui se fait à proximité.

Si vous souhaitez vous investir au service d'autres personnes, vous pouvez aussi devenir bénévole dans une association et mettre ainsi votre expérience au service des autres. Il existe de nombreuses associations dans les secteurs les plus divers en termes d'activité citoyenne.



SOIF D'APPRENDRE ?

Rendez-vous sur ufuta.fr : vous y trouverez des idées de cours sur le site "universités de tous âges", ainsi que les coordonnées des sites et antennes locales.



Smartphone, Internet, contacts par vidéo ou via Facebook... c'est le moment de vous familiariser ou d'optimiser leur utilisation

Pour vous initier, vous avez le choix entre vous inscrire à un club ou faire venir une personne recommandée par votre Mairie. Dans ce dernier cas, pensez à choisir un intervenant qui peut vous faire bénéficier des avantages fiscaux des services à la personne (réduction d'impôt égale à 50 % des dépenses effectuées, dépannage inclus, plafonnée à 3 000 € par foyer fiscal).

Et n'oubliez pas : vos enfants ou petits-enfants peuvent aussi vous aider à être à l'aise sur Internet.

Vous aimez les jeux de société ?

Scrabble, jeux de carte, clubs de fans de jeux TV, il existe de multiples associations : chacune d'elles permet de pratiquer à ceux qui le souhaitent une activité intellectuelle, en y retrouvant d'autres passionnés.

VOYAGES ET SÉJOURS : CAP SUR PÉRIODES CREUSES

À la retraite, vous avez du temps pour voyager. Pas besoin d'avoir un gros budget, désormais vous pouvez voyager hors saison et réserver longtemps à l'avance !

Pour bénéficier d'un tarif préférentiel pour votre séjour, découvrez le **programme Seniors en vacances**.

Renseignez-vous auprès de l'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances (A.N.C.V.) ou sur seniorsenvacances.ancv.com

"Bien dans sa tête, Bien dans son corps, bien avec les autres..."

Proposé par les caisses de retraite et de santé publique France, le site www.pourbienvieillir.fr fourmille d'idées et de bons conseils pour bien démarrer sa retraite.

* Fiscalité applicable pour les dépenses engagées en 2015.

NOS CLIENTS LE DISENT

Plus d'1 client sur 2 a un projet de voyage dans les mois qui suivent le départ à la retraite.

Carte bancaire, ce qu'il faut savoir avant de partir

N'oubliez pas de faire le point sur vos moyens de paiement : prenez le temps de consulter la liste des **services d'assurance et d'assistance associés à votre carte**.

Sachez qu'une Visa Premier inclut des garanties plus importantes⁽⁴⁾. Vous devez payer vos billets, forfaits de ski, hôtels, croisières... avec cette carte pour profiter des garanties associées.

Si vous partez à l'étranger, vous devez avoir une carte internationale. Vérifiez que sa date de validité n'expirera pas pendant votre voyage si celui-ci est déjà programmé. Vérifiez aussi que les capacités de paiement/retrait sont suffisantes.

VOTRE VOITURE : UNE UTILISATION QUI ÉVOLUE...

La retraite est aussi souvent l'occasion de bouger et d'utiliser votre voiture différemment. Faites le point sur votre contrat d'assurance auto : vérifiez qu'il est bien adapté à l'utilisation que vous allez en faire, notamment si vous êtes amené à diminuer le nombre de kilomètres parcourus sur une année.

Votre voiture a déjà quelques années : il est peut-être temps d'en changer ? Renseignez-vous sur les crédits auto⁽⁵⁾ : les taux d'intérêt étant peu élevés, il peut être intéressant de souscrire un prêt.



Une nouvelle voiture ?

Vous pouvez demander le guide "Le point sur mon changement de voiture" à votre conseiller Groupama ou aller sur groupama.fr et cliquer sur "je change de voiture".

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.



STAGE CENTAURE : POURQUOI PAS ?

Pour prendre en mains votre nouvelle voiture ou tout simplement pour réviser vos connaissances au volant, le stage Centaure vous permet d'aborder les questions de sécurité routière. Pour connaître le centre Centaure le plus proche de chez vous, rendez-vous dans votre agence ou sur le site centaure.com

(4), (5) Voir au dos du document

FAMILLE

Prendre le temps de voir plus souvent ses proches, commencer à réfléchir à l'avenir de ses petits-enfants, accompagner ses parents en cas de besoin... la retraite est l'occasion de pouvoir y consacrer du temps.

NOS CLIENTS LE DISENT

Une fois à la retraite, ils sont plus de 90 % à s'occuper de leurs petits-enfants dont 1 sur 2 plus souvent qu'avant.

ENFANTS, PETITS-ENFANTS

Vous allez pouvoir leur consacrer plus de temps : à vous des week-ends et parfois même des vacances avec vos petits-enfants... Mais aussi à vous la responsabilité de leur garde.

Comment ça marche en termes d'assurance ?

Tout dépend de la nature de l'événement et de qui en est à l'origine... Chaque cas est particulier. C'est vraiment un sujet qui mérite un entretien spécifique avec votre conseiller Groupama. Responsabilité civile incluse dans l'assurance du logement, Garantie des Accidents de la vie... Il fera le point avec vous et vous conseillera tranquillement en fonction de votre situation personnelle.

Pour pouvoir agir en cas d'accident comme, par exemple, appeler le médecin ou emmener l'enfant à l'hôpital, mieux vaut avoir une autorisation écrite des parents, de moins de 3 mois.

Comment préparer l'avenir des plus jeunes ?

Pour donner à vos petits-enfants un coup de pouce, vous pouvez choisir une solution simple et souvent méconnue : prévoir la souscription d'un contrat d'assurance vie au nom de chacun sur lequel vous pourrez faire des versements... L'intérêt pour un petit-enfant est double :

- il disposera à sa majorité ou au plus tard à 25 ans (selon votre choix) de l'épargne mise de côté pour lui : un joli coup de pouce pour démarrer ses études ou faire un achat important ;
- il bénéficiera, par ailleurs, des avantages fiscaux liés à l'ancienneté (notamment pour les contrats ouverts depuis au moins 8 ans) ;

Chez Groupama, cette solution s'appelle Groupama Intergénération.



CADRE DE VIE

L'arrivée à la retraite est l'occasion de mieux profiter de son "chez soi", de faire de nouveaux aménagements, parfois même de déménager.

NOS CLIENTS LE DISENT

Pour 1 client sur 4, la transmission est la seconde priorité après l'épargne de précaution.

Pour optimiser la transmission de vos biens à votre conjoint comme à vos enfants, il existe des possibilités de donation de votre vivant sans, pour autant, perdre l'usage de vos biens. Plus on démarre tôt, plus la part transmise en exonération de droits de succession pourra, à terme, être importante. Le droit de la famille est un domaine complexe : prenez rendez-vous avec un notaire.

ACCOMPAGNER VOS PARENTS

Pour les aider à rester chez eux le plus longtemps possible, et si vous n'êtes pas à proximité, voici quelques pistes à suivre :

- à la mairie de leur domicile pour vérifier les aides auxquelles ils peuvent avoir droit
- sur le site clic-info.personnes-agees.gouv.fr
- dans les Centres Communaux d'Action Sociale (CAS) ou sur ccas.fr

Pour qu'ils soient en sécurité chez eux, pensez aussi à la **télé-assistance** : chute détectée, ou bouton d'urgence activé par la personne : cela déclenche automatiquement un contrôle avec intervention si besoin.

! QUELQUES INITIATIVES RÉCENTES À CONNAÎTRE...

- **Le logement "kangourou"** : une maison avec 2 logements indépendants sous le même toit dont un appartement en rez-de-chaussée pour les parents.
- **La colocation** : elle se pratiquait déjà entre un senior et un jeune étudiant ; désormais elle se pratique aussi entre seniors.

NOS CLIENTS LE DISENT

1 client sur 3 envisage de faire des travaux dans les mois qui suivent le départ à la retraite.

DES TRAVAUX EN VUE

Vous avez enfin le temps de vous en occuper ; que vous fassiez vous-même les travaux ou que vous confiez cette tâche à des artisans, voici les projets les plus fréquents :

- travaux d'embellissement : la peinture du séjour, une nouvelle cuisine plus fonctionnelle, une deuxième salle de bains...
- amélioration de l'isolation thermique de votre logement afin de réduire vos dépenses en énergie ;
- aménagement de votre logement pour plus tard : sécuriser et équiper la salle de bains, réorganiser votre lieu de vie sur un seul étage pour vous éviter les escaliers...

Planifier ces travaux au plus tôt vous coûtera moins cher que si vous devez les réaliser dans l'urgence.

Amélioration de l'habitat, économies d'énergie, vous pouvez bénéficier d'aides (sous conditions) :

- le CITE (Crédit d'Impôt pour la Transition Energétique) ;
- l'Eco-PTZ (prêt à taux zéro) ;
- les CEE (Certificats d'économies d'énergie) ;
- de l'Agence nationale de l'habitat (Anah) ;
- de votre caisse de retraite.

Renseignez-vous sur groupama.fr/conseils/habitation ou sur ademe.fr.

Les travaux d'aménagement de la résidence principale, en vue de favoriser l'autonomie de la personne âgée, bénéficient d'un **crédit d'impôt** (25 % des dépenses)*.

* Pour connaître les conditions, renseignez-vous auprès de votre centre des impôts.



UN PROJET DE DÉMÉNAGEMENT

Vous avez envie de vivre au vert ou dans une région plus ensoleillée ? De vous rapprocher de vos enfants et petits-enfants ? Un déménagement est un projet enthousiasmant. Il doit cependant être anticipé avec soin, surtout si vous partez dans une nouvelle région : prenez le temps de bien la découvrir...



Vous allez déménager ?

Vous pouvez demander le guide "Le point sur mon déménagement" à votre conseiller Groupama ou aller sur groupama.fr et cliquer sur "je déménage".

Certaines caisses de retraite proposent des aides financières au déménagement. Renseignez-vous pour savoir si vous pouvez en bénéficier.



QUELLE FISCALITÉ EN CAS DE VENTE D'UN BIEN IMMOBILIER ? QUELQUES EXEMPLES...

- **résidence principale** : la plus-value est exonérée d'impôt* ;
- **résidence secondaire** : si vous n'êtes pas propriétaire de votre résidence principale, seule votre 1^{re} vente est exonérée*, à la condition d'utiliser cet argent dans un délai de 24 mois pour acheter (ou faire construire) une résidence principale** ;
- **cas spécial : pour les personnes déjà à la retraite** dont le revenu annuel ne dépasse pas un certain seuil, la plus-value est exonérée quel que soit le bien immobilier à vendre. Pour vérifier si vous remplissez toutes les conditions, contactez votre centre des impôts ou votre notaire.

* Fiscalité en vigueur au 1^{er} janvier 2016.

** Voir sur impots.gouv.fr

ASSURANCE ET PROTECTION DE SON DOMICILE : TOUR D'HORIZON DES QUESTIONS À SE POSER...

Travaux, achat de gros équipements, absences plus fréquentes, c'est l'occasion de faire le point sur votre assurance et peut-être aussi, de vous interroger sur l'opportunité d'installer un système de protection...

Quelques conseils pour l'assurance habitation :

- prenez le temps de faire un point sur les garanties dont vous avez besoin avec votre Conseiller, notamment si vous faites des travaux ou des achats importants ;
- faites le tour des options utiles, par exemple, si vous avez un jardin avec des arbres, si vous avez un congélateur bien rempli...
- et si vous partagez votre vie entre 2 logements, n'oubliez pas de bien valider les garanties vol pour les périodes d'absence.

Avez-vous pensé à la télésurveillance ?

Face à la montée des cambriolages, y compris dans les zones rurales, vous avez plusieurs solutions pour limiter les risques, vous pouvez :

- vous organiser avec vos voisins pour surveiller vos maisons lors de vos absences ;
- bénéficier du système "tranquillité vacances" (Police ou Gendarmerie, pendant les vacances scolaires) ;
- faire le choix d'installer un système de télésurveillance. Pour en savoir plus sur la solution Groupama : groupama.fr, ou sur activeille.fr.

Dans tous les cas, n'oubliez pas de sécuriser votre porte d'entrée. 80 % des cambrioleurs passent par là...

Parmi les personnes dont le logement est équipé en télésurveillance, 2 sur 3 sont âgées de plus de 55 ans.

Source Groupama Clients équipés Activeille pour la télésurveillance de leur logement

Astuce

Grand ménage de printemps, taille annuelle des haies ou élagage des arbres du jardin, dépannage informatique... avec les Services à la personne, si vous payez des impôts sur le revenu, le montant de ces prestations est déductible, dans certaines limites.

Chez Groupama, vous pouvez vous renseigner au 01 45 16 43 75* ou sur groupama.fr.

* Hors jours fériés. Prix d'un appel local depuis une ligne fixe France Telecom, en France métropolitaine.

DES QUESTIONS ? UN CONSEIL ?

QUELS QUE SOIENT VOS BESOINS, GROUPAMA EST LÀ !

Connectez-vous sur
groupama.fr/contact
et cliquez sur l'une de ces 4 solutions :



Être rappelé



Appeler



Envoyer un mail



Rendez-vous

- **Pour vous et vos proches**
 - Complémentaire santé
 - Solutions de prévoyance
 - Services à la personne
- **Pour vos biens**
 - Assurance auto
 - Assurance habitation
- **Pour vos finances**
 - Banque au quotidien
 - Épargne bancaire, placements
 - Assurance vie, épargne retraite

Coordonnées
de votre
conseiller

Édition : septembre 2016

**Pour les conditions et limites des garanties et des services présentés dans ce document,
se reporter au contrat ou voir auprès de votre Conseiller Groupama.**

(1) Délivrée sous conditions Groupama Banque. (2) Compte bancaire rémunéré à taux progressif. Modalités selon Conditions particulières disponibles auprès de votre interlocuteur habituel ou sur le site www.groupamabanque.com. (3) Pour les PEL souscrits depuis le 01/08/2016 : votre épargne est rémunérée au taux nominal annuel brut de 1 % (hors prime d'Etat). En cas de prêt d'épargne logement, le taux brut peut atteindre 2 % incluant le versement d'une prime d'Etat de 1%. La prime est accordée après 4 ans minimum d'épargne et conditionnée par la réalisation d'un prêt PEL d'un montant minimum de 5 000 €. La prime d'Etat est plafonnée à 1 000 € (1 525 € dans le cas d'un logement énergétiquement performant). Les intérêts du PEL sont soumis aux prélèvements sociaux en vigueur dès la première année. Les intérêts sont exonérés d'impôt sur le revenu durant les douze premières années du plan. Taux et seuils réglementés, au 01/08/2016, susceptibles de modifications à l'initiative des pouvoirs publics. (4) Dans les limites et les conditions de la notice d'information de la carte Visa Premier. (5) Prêt personnel, après accord de Groupama Banque et délai de rétractation. Ces informations sont données à titre purement indicatif et ne sauraient, en aucun cas, constituer une incitation à souscrire un produit ou un service en particulier, chacun étant seul juge du produit ou service qu'il pourrait être amené à souscrire.

**Caisse régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles Groupama de...
dénomination sociale statutaire de votre caisse régionale + pour la CR
inscrite au RCS (du fait de l'émission de certificats mutualistes), indiquer
également l'adresse du siège social de la CR ainsi que son n° SIREN + la
mention RCS + la ville d'immatriculation au RCS.** Les contrats d'assurance vie sont assurés par **Groupama Gan Vie**, Société Anonyme au capital de 1 371 100 605 € - 340 427 616 RCS Paris - APE 6511Z - Siège social : 8 - 10 rue d'Astorg, 75008 Paris. Entreprises régies par le Code des assurances.

**Les produits et services bancaires sont commercialisés par les Caisses
Régionales d'Assurance Mutuelles Agricoles Groupama, agissant également
en qualité de mandataires exclusifs en opérations de banque et en
services de paiement de Groupama Banque - S.A.** au capital de 120 825 712 € - 67 rue Robespierre 93107 Montreuil Cedex - 572 043 800 RCS Bobigny. Immatriculée à l'ORIAS sous le numéro 07 006 369 - filiale du groupe Groupama.

Un document d'information vous sera fourni sur simple demande. Vous pouvez vous rétracter auprès de Groupama Banque, par écrit, selon les modalités précisées dans votre contrat.

Vous disposez d'un droit d'opposition au traitement de vos données personnelles à des fins de prospection commerciale en vous adressant, sans frais, au Correspondant Informatique et Libertés de votre Caisse régionale.

Groupama Protection Juridique S.A. au capital de 1 550 000 € Immeuble Diamant, 16 rue de la République, 92800 Puteaux - 321 776 775 RCS Nanterre. Entreprise régie par le Code des assurances.

Société pour le Développement des Services à la Personne - S.A.S. au capital

de 37 000 € - Siège social : 8-14 avenue des Frères Lumière - 94360 Bry-sur-Marne - 507 524 072 RCS Créteil.

Activeille est un service de télésurveillance des biens de **COFINTEX 6 S.A.** - S.A. au capital de 1 180 153 € - Siège social : 5 avenue des Frères Lumière - 94356 Villiers-sur-Marne - 410 620 660 RCS Créteil.

Les services informations vie pratique sont mis en œuvre par **Mutuaide Assistance**, filiale de Groupama S.A. - S.A. au capital de 9 590 040 € - 8/14 avenue des Frères Lumière - 94360 Bry-sur-Marne Cedex -383 974 086 RCS Créteil. Entreprise régie par le Code des assurances.

Document et visuels non contractuels

Réf. COM HP 09/2016 VV - Photos : © Rido, Monkey Business Images, Wavebreakmedia, Goodluz, Halfpoint/ Shutterstock. Création : www.agence-upco.com. Groupama participe à la protection de l'environnement en sélectionnant un imprimeur référencé "Imprim'Vert" ainsi que des papiers issus de forêts gérées durablement. **Le nom (et éventuellement le logo) de l'imprimeur répondant à ces critères est à renseigner ici par la Caisse régionale.**



Groupama
la vraie vie s'assure ici