PensExpert

PensInsight

nº 2 Longévité et prévoyance



Conseils pour vivre longtemps

Vivre sereinement jusqu'à 100 ans. Est-ce possible?

Sommaire

04 Actualités du Palais fédéral:
Les enjeux de prévoyance à l'agenda politique

06 Comment mener une vie longue et épanouie?

08 20 à 30 ans:
À la vie et à l'amour

10 30 à 45 ans:
Une vie bien remplie – enfants, carrière, maison?

14 45 à 55 ans:
Miser sur la vie, savoir ce qui compte

18 55 à 65 ans:
La retraite approche, le regard pivote vers l'avenir

22 Plus de 65 ans:
Profiter de la vie et rester actif longtemps

24 Se réveiller sans réveil:
Les rêves d'avenir de nos collaboratrices
et collaborateurs



La longévité est bien plus qu'une tendance pour les adeptes d'un mode de vie sain et les mordus de sport. La longévité représente une nouvelle réalité. Nous vieillissons mieux et restons en bonne santé plus longtemps. C'est une bonne nouvelle.

Mais comment pouvons-nous réellement nous permettre de vivre longtemps, tant au niveau individuel que collectif? Quelles évolutions se dessinent sur le front politique? Comment mettre toutes les chances de mon côté? Pour aborder l'avenir en toute sérénité et donner vie à vos projets, voici les principaux conseils de prévoyance à connaître à chaque étape de la vie. Que vous souhaitiez commencer vos journées à l'âge de 65 ans sans réveil ou que vous préfériez rester actif professionnellement, à l'instar de Carmen Meier-Meister, qui fait la couverture de notre magazine et qui, à 75 ans, continue de défiler à Zurich, Paris et Milan, ce qui compte pour nous, c'est que vous trouviez votre épanouissement personnel dans la vie.

Rafael Lötscher

Actualités du Palais fédéral: Les enjeux de prévoyance à l’agenda politique

19.12.2025
Renforcer les possibilités de prévoyancepour les personnes indépendantes
Initiative parlementaire
Samira Marti

19.12.2025
Améliorer l’assurance de prévoyance professionnelle en cas de poursuite de l’activité lucrative au-delà de l’âge de référence
Motion d’Andri Silberschmidt

23.4.2026
Le Conseil fédéral est chargé de présenter comment la LPP pourrait être modernisée de manière ciblée
Postulat déposépar la CSSS-E

1.6.2027
Nouvelle réglementation des bénéficiaires du pilier 3a
Les personnes assurées bénéficient d’une plus grande liberté pour répartir leur capital de prévoyance en cas de décès

2026 **2027** **2028** **2029** **2030**

25.9.2025
Réduire le salaire LPP assurable maximal et la franchise fiscale qui en découle
Motion d’Yvonne Bürgin

1.1.2026
Première possibilité d’effectuer des rachats rétroactifs dans le pilier 3a

20.5.2026
AVS 2030
Le Conseil fédéral met en consultation la prochaine grande réforme de l’AVS

Décembre 2026
Premier versement de la 13e rente AVS

29.11.2026
Financement additionnel de la 13e rente AVS
par le biais d’un relèvement de la TVA (votation populaire)

À partir de 2028
Âge de référence unique de 65 ans pour les femmes et les hommes
Une adaptation progressive s’applique de 2024 à 2027

1.1.2030
Versement de l’avoir de libre passage selon le modèle du pilier 3a
Versement au plus tard à 65 ans, report possible jusqu’à 70 ans en cas de poursuite de l’activité professionnelle

Même si le programme d’allègement budgétaire 2027, qui prévoyait une imposition plus élevée des versements en capital issus de la prévoyance professionnelle et du pilier 3a, a entre-temps été rejeté par le Parlement, les efforts visant à restreindre l'attractivité de la prévoyance professionnelle dans le deuxième pilier se poursuivent. Les responsables politiques réclament notamment une réduction de moitié du salaire annuel maximal assurable, qui passerait ainsi à 453 600 francs (en 2026).

Avec la procédure de consultation du Conseil fédéral sur le projet «AVS 2030», de nouvelles propositions de réforme arrivent sur l’agenda politique, dont il est actuellement impossible de prévoir l’issue. Nous suivons de près l’évolution politique et réglementaire en matière de prévoyance professionnelle et contribuons activement à son développement.

Pour toute information complémentaire, votre personne de contact se tient à votre disposition pour vous conseiller et vous accompagner dans votre planification.



Mario Bucher
Responsable Développement des produits et de l’entreprise

Comment mener une vie longue et épanouie?

Nous vivons de plus en plus longtemps. C’est une excellente chose. Mais ça serait encore mieux si nous avions les moyens de profiter pleinement de cette longue vie. Il faut en effet financer toutes ces années qui suivent le départ à la retraite.

La réponse ne tient pas du hasard. Elle repose sur une bonne planification de la prévoyance, qui tire le meilleur parti des coups de chance de la vie et permet d’amortir les revers avec souplesse, grâce à une réserve financière.

Nous vous accompagnons de manière personnalisée à chaque étape de votre vie et vous indiquons, sur la base de votre plan de prévoyance individuel, quelles décisions prendre.

Que ce soit en tant que particulier, entrepreneuse, entrepreneur ou pour votre personnel, PensExpert trouve toujours la solution de prévoyance qui vous convient le mieux.

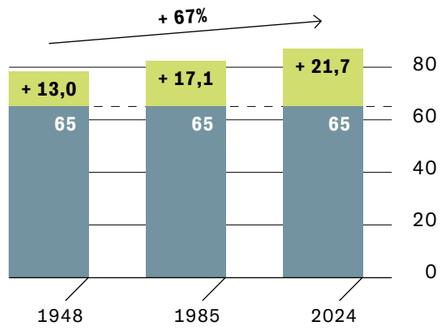
Avez-vous suffisamment épargné pour votre retraite? Faites le calcul maintenant:

À 65 ans, la vie est loin d’être finie

Aujourd’hui, une personne qui prend sa retraite à 65 ans a nettement plus d’années devant elle que les générations précédentes. Lorsque l’AVS a été instaurée en 1948, l’espérance de vie moyenne après le départ à la retraite était d’environ 13 ans. En 2024, elle a atteint 21,7 ans. Cela correspond à une augmentation de l’espérance de vie restante de 67 %.

Du point de vue de la prévoyance, cela présente un inconvénient: une personne qui cesse de travailler à 65 ans doit subvenir à ses besoins pendant plus de deux décennies sans revenu provenant d’une activité lucrative. Le capital épargné doit donc durer plus longtemps.

Espérance de vie à 65 ans:



Source: OFS/OFAS, espérance de vie restante à l’âge de 65 ans

IDÉE FAUSSE

«Je n’ai pratiquement aucune influence sur ma prévoyance.»

Les bases de la prévoyance professionnelle

En Suisse, la prévoyance vieillesse repose sur trois piliers. Chacun a sa propre fonction et ce n’est que combinés qu’ils permettent d’assurer le niveau de vie à la retraite.

1er pilier (AVS/AI/APG)

Le 1er pilier est obligatoire et couvre les besoins fondamentaux. Il garantit à chacun un minimum vital à la retraite, en cas d’invalidité ou de décès.

2e pilier (caisse de pension)

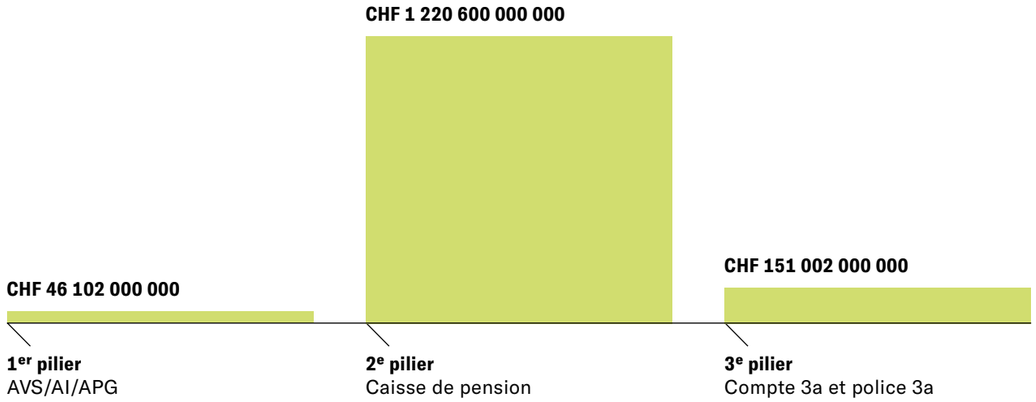
Le 2e pilier est obligatoire pour toutes les personnes employées percevant un salaire supérieur à un certain seuil. Il complète l’AVS de manière à ce qu’ensemble avec le 1er pilier, il permet de maintenir le niveau de vie habituel.

3e pilier (prévoyance privée)

Le 3e pilier est facultatif et comble les lacunes laissées par l’AVS et la caisse de pension. Le pilier 3a permet d’épargner en bénéficiant d’avantages fiscaux.

Des milliards en jeu dans les trois piliers

Le graphique illustre la répartition de la fortune de prévoyance en Suisse entre les trois piliers et montre clairement que le 2e pilier concentre la plus grande part du capital. Pour de nombreuses personnes actives, la caisse de pension représente de loin le principal patrimoine, souvent supérieur à l’épargne détenue sur leur compte bancaire. Il convient de considérer cette comparaison de taille avec prudence. Le 1er pilier semble modeste, car seuls les actifs des fonds y sont pris en compte. L’AVS ne constitue pas de capital individuel, mais finance les rentes en cours directement à partir des cotisations versées. C’est pour cette raison qu’il vaut la peine de s’intéresser aux 2e et 3e piliers.



Sources: compenswiss, statistique des caisses de pension de l’OFS, Statistique des assurances sociales suisses
Situation au 31.12.2024

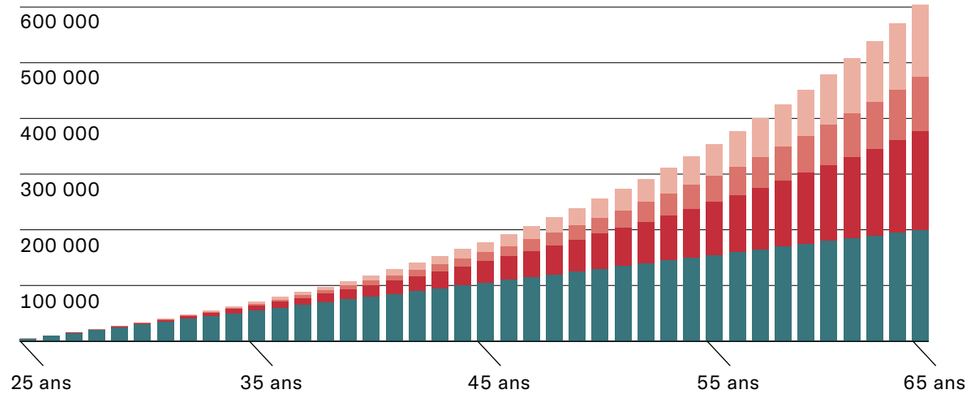
Quand commence réellement l'épargne vieillesse?

Premier emploi, premier salaire: la caisse de pension prélève des cotisations. On pourrait facilement en conclure que c'est là que commence l'épargne pour la retraite. Mais ce n'est pas aussi simple que cela. La couverture des risques de décès et d'invalidité prend effet tôt, plus précisément à partir du 1er janvier suivant le 17e anniversaire. Mais conformément à la loi, l'épargne vieillesse proprement dite commence à 25 ans, à condition que le salaire versé par l'employeur soit supérieur à 22 680 francs. À partir de ce moment-là et jusqu'à l'âge de 65 ans, les bonifications de vieillesse calculées sur le salaire assuré sont versées sur le compte de retraite personnel du 2e pilier. L'employeur prend en charge au moins la moitié des cotisations. Commencer tôt fait toute la différence. Au fil des années, les intérêts composés déploient pleinement leur effet, comme l'illustre le graphique ci-contre.



Petits écarts de taux, grands impacts

Commencer tôt à cotiser au 3e pilier, c'est profiter au maximum de l'effet des intérêts composés. Sur 40 ans, le compte de retraite du 3e pilier peut atteindre plusieurs fois le montant des versements, comme l'illustre clairement le graphique ci-dessous.



Compte de retraite du 3e pilier après 40 ans

Intérêt annuel	**Compte de retraite**	Intérêts perçus
5 %	**603 999**	403 999
4 %	**475 128**	275 128
3 %	**377 006**	177 006
0 %	**200 000**	0

Exemple de calcul: versement annuel de 5000 francs à la fin de chaque année, de 25 à 65 ans. Les hypothèses de rendement sont fictives et n'ont pas valeur de prévisions.

IDÉE FAUSSE

«À 25 ans, la prévoyance n'est pas une priorité.»

Constitution du 3e pilier

- ✓ Commencer tôt à effectuer des versements sur un compte du pilier 3a.
- ✓ Même les petits montants valent la peine. Ce qui compte, c'est la régularité.
- ✓ Vérifier régulièrement sa stratégie de placement et l'adapter si nécessaire.
- ✓ À partir de 2026, il est possible pour la première fois de combler les lacunes de cotisation dans le pilier 3a, avec effet rétroactif à partir de 2025.
- ✓ Ouvrir plusieurs comptes/dépôts afin de pouvoir ensuite retirer les avoirs de manière échelonnée sur plusieurs années.

Solutions adaptées: Pens3a / relevate

Quand un enfant vient tout changer

Il y a des moments qui font voir les choses sous un nouveau jour. Pour Patrick Meier, propriétaire et directeur général de Texpress Textilpflege AG, ce fut la naissance de son fils.

Non pas parce que sa vie a basculé du jour au lendemain, mais parce qu'il s'est soudain posé une question. Qu'adviendra-t-il de ma famille et de mon entreprise s'il m'arrivait quelque chose?

«Quand notre fils est né, j'ai réalisé que j'avais une responsabilité. Pour lui, pour ma femme, pour mes collaboratrices et collaborateurs.»

Patrick Meier, propriétaire et directeur de Texpress Textilpflege AG



La double responsabilité des dirigeantes et dirigeants d'entreprise



Joël Wetterwald
Responsable clientèle

L'entreprise et la famille sont plus étroitement liées qu'on ne le pense. Contrairement aux personnes employées, le principal patrimoine des entrepreneuses et entrepreneurs se trouve souvent dans leur entreprise, mais c'est aussi là que réside la plus grande incertitude. Qui prendra la relève si le ou la propriétaire vient soudainement à manquer? Que restera-t-il à la famille?

Le deuxième pilier protège automatiquement les personnes employées en cas de décès ou d'invalidité. Pour les entrepreneuses et entrepreneurs, la couverture des risques dépend de la forme juridique choisie pour leur entreprise. Les personnes employées de leur propre société anonyme ou Sàrl sont également assurées à titre obligatoire, mais uniquement jusqu'à un montant-limite de 90 720 francs.

IDÉE FAUSSE

«En tant qu'entrepreneur prospère, je suis forcément bien couvert.»

Il en va autrement pour les personnes indépendantes en entreprise individuelle. Elles doivent souscrire elles-mêmes une assurance couvrant les risques d'invalidité et de décès. Or, selon les statistiques, le risque d'invalidité est plus élevé que celui de décès pendant la vie active*. De plus, contrairement aux accidents, il n'existe pas d'obligation d'assurance en cas de maladie. Une personne en arrêt de travail de longue durée perd non seulement ses revenus, mais risque également de perdre son entreprise et, par là même, les moyens de subsistance de sa famille.

La prévoyance n'est donc jamais une question secondaire pour les entrepreneuses et entrepreneurs, mais fait partie intégrante de la gestion d'entreprise. Une solution de prévoyance viable ne commence pas par le produit, mais par les bonnes questions. Une fois celles-ci résolues, la prévoyance trouve tout son sens. Non pas comme un produit standard, mais comme une décision mûrement réfléchie, adaptée à la situation personnelle de chacun.

*Source: bases techniques LPP

Prévoyance pour les entrepreneuses et entrepreneurs

- ✓ Quel est le besoin de couverture effectif de la famille?
- ✓ Suis-je assuré·e à titre obligatoire en raison de la forme juridique de mon entreprise?
- ✓ Quelles sont les prestations de la caisse de pension actuelle en cas de décès et d'invalidité?
- ✓ Comment l'entreprise est-elle structurée et peut-elle poursuivre son activité en cas d'urgence?
- ✓ Quelles possibilités complémentaires le 3e pilier offre-t-il?
- ✓ De quoi ma famille a-t-elle besoin pour maintenir son niveau de vie si je venais à décéder?
- ✓ Comment constituer une fortune de prévoyance en dehors de l'entreprise?

Solutions adaptées: PensFlex / PensUnit / PensPlan

Travail d’équipe: comment les couples peuvent réduire leur écart de rente



Marie Savoca
Spécialiste Prévoyance professionnelle

En Suisse, les femmes perçoivent en moyenne environ un tiers de rente en moins que les hommes. La raison en est que la prévoyance professionnelle pénalise les faibles revenus, le travail à temps partiel et les parcours professionnels discontinus. Ces situations touchent plus souvent les femmes. Il appartient aux politiques de combler cet écart.

IDÉE FAUSSE

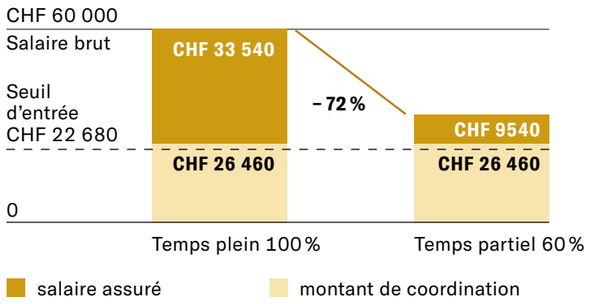
«Le mariage règle automatiquement la question de la prévoyance.»

Néamoins, avec la législation actuelle, il est possible de réduire sensiblement cet écart si les deux partenaires considèrent la prévoyance comme une responsabilité commune. En effet, chaque année de cotisation perdue représente également une année de moins d’intérêts composés. Si l’un des partenaires réduit son temps de travail, il est possible de combler de manière ciblée la lacune qui en résulte, par exemple en effectuant des versements au profit du partenaire qui réduit son temps de travail à partir du budget commun.

Réduire l’écart à deux

- ✓ Si possible, les deux conjoints ouvrent un compte du pilier 3a. Ils doivent pour cela disposer d’un revenu provenant d’une activité lucrative soumis à l’AVS.
- ✓ Vérifier s’il existe des lacunes sur l’extrait de compte AVS. Chaque année manquante réduit la rente d’environ 2,3 %.
- ✓ Choisir son taux d’activité en connaissance de cause. Un taux d’activité à temps partiel modéré, supérieur au seuil d’accès, permet de rester assuré dans le 2e pilier.
- ✓ Si vous exercez plusieurs petites activités à temps partiel, vérifiez la possibilité d’une assurance facultative lorsque la somme de vos salaires dépasse le seuil d’accès.
- ✓ Vérifier la possibilité d’effectuer des rachats facultatifs dans la caisse de pension du partenaire, car ceux-ci sont déductibles fiscalement.
- ✓ Pour les salaires AVS supérieurs à 136 080 francs, envisager de constituer un plan de prévoyance 1e.

L’impact du temps partiel
Une réduction du taux d’activité à 60 % entraîne une forte diminution de la prévoyance. Cela s’explique par le montant de coordination fixe, comme le montre l’exemple de calcul à droite.



Prévoyance et propriété du logement: les pièges à éviter



Juan M. Puente
Responsable clientèle

«Nous recevons de nombreuses demandes de jeunes couples qui souhaitent retirer leurs avoirs de prévoyance pour acheter un logement. Nous leur conseillons la prudence.»

La propriété du logement et la prévoyance sont souvent plus étroitement liées qu’on ne le pense. Il ne faut pas réduire inutilement sa prestation de vieillesse pour financer l’achat d’un logement.

L’effet sous-estimé des intérêts composés
Il n’est pas rare qu’un assuré de 35 ans ait déjà épargné 100 000 francs, voire plus, dans sa caisse de pension. Avec un taux d’intérêt de seulement 3 % par an, ce montant atteint environ 243 000 francs à la retraite grâce à l’effet des intérêts composés. Un versement en capital pour l’achat d’un logement en propriété annule cet effet et empêche en outre tout rachat facultatif jusqu’au remboursement intégral du montant retiré.

Mise en gage plutôt que versement
Une mise en gage constitue une alternative qui offre plus d’avantages que le versement en capital. La banque utilise le deuxième pilier comme garantie dans le contrat hypothécaire. L’avoir de vieillesse reste dans la caisse de pension et continue de porter intérêt. Si un versement s’avère néanmoins nécessaire, il est préférable d’utiliser à cette fin le compte de retraite du pilier 3a.

IDÉE FAUSSE

«Je finance aussi mon logement avec mon avoir de prévoyance.»

Avoirs de prévoyance pour l’achat d’un logement: les points clés

- ✓ De quel montant de fonds propres ai-je réellement besoin et quelle part doit provenir de ma prévoyance?
- ✓ Quelle lacune de prévoyance un versement en capital entraîne-t-il et comment puis-je la combler?
- ✓ Une mise en gage serait-elle une meilleure solution qu’un versement?
- ✓ Le capital nécessaire peut-il provenir avant tout du pilier 3a?

Une bonne prévoyance est une bonne politique du personnel

Lorsque Mauro Santin a repris sa pharmacie, il était au début de sa carrière. Portés par leur engagement et leur passion, lui et son équipe aujourd'hui forte de 26 personnes en ont fait une belle histoire de réussite. Avec le succès sont également venues de nouvelles responsabilités de gestion et des questions de prévoyance.

«Avec Stefano Minuscoli, j'ai à mes côtés un partenaire qui s'occupe de la prévoyance de mes collaboratrices et collaborateurs avec professionalisme. Cela me laisse du temps pour ce que j'aime par-dessus tout: être à l'écoute de ma clientèle.»

Mauro Santin, propriétaire et directeur de TopPharm Neuenhofer Apotheke



Une solution adaptée à chaque étape de la vie



Stefano Minuscoli
Responsable clientèle

Plus qu'une simple obligation
La loi oblige les employeurs à affilier leur personnel à une caisse de pension, mais elle n'impose qu'un plancher minimum. Pour un entrepreneur comme Mauro Santin, l'affiliation à une caisse de pension est bien plus qu'une simple obligation. Elle reflète sa philosophie de vie et constitue un facteur déterminant pour attirer et fidéliser des collaboratrices et collaborateurs qualifiés.

Des plans à choix pour chaque étape de la vie
Les prestations dont bénéficient les personnes employées à la retraite, en cas d'invalidité ou de décès dépendent fortement de la solution choisie. Au sein d'une équipe composée de personnes d'âges différents, les besoins varient. Une collaboratrice de 25 ans n'a pas les mêmes objectifs de vie et de prévoyance qu'une collègue sur le point de prendre sa retraite. Les plans à la carte permettent à chacun de choisir la stratégie d'épargne adaptée à sa propre situation.

Des solutions de prévoyance avantageuses
Derrière le succès de Mauro Santin, il y a des personnes qui aiment travailler avec lui, parce qu'elles se sentent soutenues et valorisées. Une bonne solution de caisse de pension y contribue grandement.

Toutes les caisses de pension ne se valent pas

Pour savoir si une caisse de pension correspond à la philosophie de l'entreprise, il convient de se poser quelques questions:

- ✓ Propose-t-elle des plans à choix offrant de réelles possibilités de personnalisation?
- ✓ Les risques de décès et d'invalidité sont-ils suffisamment couverts?
- ✓ Quelle transparence la solution offre-t-elle à ceux qui en dépendent?
- ✓ Le taux d'intérêt de la caisse de pension est-il compétitif?

	PLAN À CHOIX 1 «STANDARD»			PLAN À CHOIX 2 «MAXI»			PLUS AVEC «MAXI»	
	Cotisations d'épargne			Cotisations d'épargne				
Âge	**Collaborateur·trice·s**	Employeurs	**Total**	**Collaborateur·trice·s**	Employeurs	**Total**	**en %**	**p.a. CHF**
25 – 34	**4 %**	6 %	**10 %**	**6 %**	6 %	**12 %**	**+ 2 %**	**+ 2000**
35 – 44	**5 %**	7,5 %	**12,5 %**	**7,5 %**	7,5 %	**15 %**	**+ 2,5 %**	**+ 2500**
45 – 54	**6,5 %**	10 %	**16,5 %**	**10 %**	10 %	**20 %**	**+ 3,5 %**	**+ 3500**
55 – 65	**8 %**	12 %	**20 %**	**12 %**	12 %	**24 %**	**+ 4 %**	**+ 4000**

Plans à choix – une option intéressante
Dans l'exemple ci-dessus, les options des plans à choix proposés par l'employeur n'ont aucune incidence sur les coûts. L'employeur verse la même cotisation quel que soit le plan choisi, tandis que les employé·e·s choisissent librement leur formule d'épargne. Pour un salaire assuré de 100 000 francs, une personne employée âgée de 45 à 54 ans épargne, dans le plan à choix «Standard» de l'exemple, 16 500 francs par an pour sa retraite; dans le plan à choix «Maxi», elle épargne 20 000 francs.

Aux commandes: à partir d'un revenu de 136 080 francs



Edric Speckert
Associé, responsable
région Suisse romande

Dans une caisse de pension classique, l'institution de prévoyance investit collectivement le capital de prévoyance pour l'ensemble des personnes assurées. Avec une solution 1e*, vous prenez les commandes en choisissant vous-même votre stratégie de placement.

L'avantage de la solution 1e commence au-delà du seuil salarial légal de 136 080 francs. C'est précisément cette part du salaire, souvent inexploitée dans les solutions classiques, qui devient un levier pour optimiser la prévoyance. Chaque personne peut choisir, parmi un maximum de dix stratégies de placement, celle qui correspond le mieux à sa stratégie personnelle et à sa capacité d'exposition au risque, et ainsi profiter directement des opportunités du marché. Cela lui permet d'améliorer significativement le rendement de sa prévoyance au fil des ans, mais elle assume également elle-même les risques liés aux placements.

IDÉE FAUSSE

«Je gagne bien ma vie. Je n'ai donc pas à me soucier de ma prévoyance.»

Cette option est particulièrement adaptée pour les cadres, les spécialistes et les dirigeantes et dirigeants. Vous pouvez souscrire une solution 1e auprès de PensExpert à travers la fondation collective PensFlex.

*Cette désignation fait référence à l'article 1e de l'ordonnance OPP 2.

Les mesures indispensables à partir de 50 ans:

- ✓ Vérifier chaque année votre certificat de prévoyance.
- ✓ Effectuer des versements dans le pilier 3a .À partir de 2026, les versements manqués pourront pour la première fois être effectués rétroactivement.
- ✓ Vérifier les possibilités de rachat dans le 2e pilier.
- ✓ Établir un plan de versement des différents avoirs de prévoyance.
- ✓ Adapter la stratégie de placement à la date de versement.

Planifier ses rachats dans le 2e pilier



Cyrill Habegger
Associé, responsable Fiscalité,
expert fiscal diplômé

Une lacune de cotisations dans le 2e pilier, due par exemple à un séjour à l'étranger ou à une entrée tardive dans la vie active, peut être comblée par un versement volontaire. Tout l'intérêt réside dans la législation fiscale. Le montant est entièrement déductible du revenu imposable et réduit sensiblement la facture fiscale en cas de revenus élevés. Dans le même temps, l'avoir de vieillesse augmente.

IDÉE FAUSSE

«Un rachat dans la caisse de pension n'est intéressant que peu avant la retraite.»

Il est possible d'en tirer encore davantage profit grâce à un échelonnement judicieux. En échelonnant le rachat sur plusieurs années, vous réduisez la progression de l'impôt année après année et économisez ainsi davantage qu'en effectuant un seul versement important. Il convient de noter qu'après un rachat, une période d'indisponibilité de trois ans s'applique pour le versement en capital. En planifiant le dernier rachat suffisamment à l'avance, ce délai ne pose aucun problème.

Ce qu'il faut savoir sur les rachats dans la caisse de pension

- ✓ Après un financement pour l'achat d'un logement, il faut rembourser le versement anticipé des avoirs de la caisse de pension avant de pouvoir effectuer un rachat.
- ✓ Après un divorce, une lacune de prévoyance résulte du partage par moitié de l'avoir constitué pendant le mariage. Cette lacune doit d'abord être comblée avant de pouvoir effectuer des rachats ordinaires.
- ✓ Tout versement en capital est soumis au à la période d'indisponibilité de trois ans: après un rachat, aucun versement en capital ne peut être effectué pendant trois ans, sous peine de perdre rétroactivement l'avantage fiscal.
- ✓ Après un rachat, aucun versement en capital ne peut être effectué pendant trois ans par d'autres caisses de pension ou fondations de libre passage.
- ✓ Aucune période d'indisponibilité ne s'applique aux rachats ordinaires lorsque la prestation est perçue intégralement sous forme de rente.

Exemple de calcul: une personne qui peut effectuer un rachat total de 150 000 francs et dispose d'un revenu de 150 000 francs avant rachat a tout intérêt à effectuer trois rachats de 50 000 plutôt qu'un seul de 150 000.

	Rachat	Revenu imposable	Charge fiscale	Rachat	Revenu imposable	Charge fiscale
Année 1	50 000	100 000	16 000	150 000	0	0
Année 2	50 000	100 000	16 000	0	150 000	31 000
Année 3	50 000	100 000	16 000	0	150 000	31 000
Total			**48 000**			**62 000**

Ville de Zurich, célibataire, sans impôt ecclésiastique, calcul effectué avec TaxWare V 2.42.59.0

Nouveau départ à plus de 50 ans?

Que vous rentriez de l'étranger, que vous perdiez votre emploi, que vous vous lanciez à votre compte ou que vous preniez un congé sabbatique, votre affiliation à la caisse de pension prend fin à votre dernier jour de travail. Vous devez alors décider quoi faire de votre avoir de prévoyance du 2e pilier. C'est ce qui est arrivé à Oliver Zimmer, qui a vécu 27 ans au Royaume-Uni où il a enseigné l'histoire à l'Université d'Oxford de 2005 à 2021, avant de revenir en Suisse à l'âge de 58 ans pour des raisons familiales et professionnelles.

«Après tant d'années à l'étranger,
ma prévoyance était tout sauf claire.
Je cherchais quelqu'un qui sache m'écouter
et en tirer le meilleur parti.»

Prof. Oliver Zimmer, historien
et directeur de recherche au CREMA



Ce que vous devez savoir sur le libre passage



Teodora Toma
Associée,
responsable Conseil
libre passage et 3a,
directrice Pens3a

Lorsque vous quittez votre caisse de pension, il est recommandé de transférer votre avoir de prévoyance sur un ou deux comptes de libre passage. Ainsi, d'une part, vous décidez vous-même si vous souhaitez gérer cet avoir et selon quelle stratégie de placement. D'autre part, en répartissant votre avoir de prévoyance sur deux fondations de libre passage différentes au maximum, vous vous assurez davantage de flexibilité et réalisez des économies d'impôts lors du versement ultérieur. Voici quelques points à garder à l'esprit:

En cas de pause professionnelle. Qu'il s'agisse d'un congé parental, d'une formation, d'un congé sabbatique ou d'un tour du monde, lorsque vous interrompez votre activité lucrative et que votre affiliation à la caisse de pension prend fin, votre avoir de prévoyance est transféré vers une solution de libre passage. Vous pouvez alors choisir de conserver votre avoir sur un compte de libre passage ou de l'investir en titres au sein d'une fondation de libre passage vous offrant le libre choix de la stratégie de placement. En conservant simplement votre capital sur un compte, vous évitez les fluctuations de valeur, mais vous renoncez également à des opportunités de rendement, selon votre horizon de placement.

IDÉE FAUSSE

«Sans emploi, je ne peux rien faire pour ma prévoyance.»

En cas de licenciement. Un licenciement survient rarement au bon moment. Si vous ne prenez aucune mesure, votre capital sera transféré à la Fondation institution supplétive LPP où il sera rémunéré à un faible taux. En revanche, si vous le transférez sur un compte de libre passage ou sur une police avec une stratégie de votre choix, vous gardez le contrôle. Lorsque vous quittez la caisse de pension, la couverture d'assurance en cas d'invalidité et de décès n'est maintenue que pendant un mois auprès de l'ancienne institution de prévoyance.

En cas de nouveau départ. Lorsque vous vous lancez dans une activité indépendante ou que vous revenez de l'étranger, votre capital de libre passage constitue une ressource financière qu'il faut savoir utiliser judicieusement.

Libre passage en cas de sortie de la caisse de pension

- ✓ Vérifier où se trouve votre capital de prévoyance et sur combien de comptes il est réparti.
- ✓ À votre départ, prenez les mesures nécessaires, faute de quoi votre avoir sera transféré auprès de l'institution supplétive.
- ✓ Choisir à bon escient la solution adaptée: compte de libre passage sur le court terme, dépôt-titres pour une plus grande liberté d'action.
- ✓ Adapter la stratégie de placement à l'horizon d'investissement. Plus l'horizon est long, plus les perspectives de rendement sont élevées.
- ✓ En cas de changement d'emploi, répartir le capital sur deux comptes; cela ne sera plus possible par la suite et permettra de réaliser des économies d'impôts lors du versement.
- ✓ Veiller à être couvert·e en cas d'invalidité ou de décès.

Solutions adaptées: PensFree / independent / QROPS

Capital ou rente? Trouver le juste équilibre



Barbara Birchler
Responsable clientèle

La question financière la plus importante à se poser avant la retraite est sans doute de savoir si vous souhaitez percevoir votre avoir de prévoyance sous forme de rente mensuelle, de capital unique ou d'une combinaison des deux.

Cela représente une décision lourde de conséquences. D'autant plus que, pour la plupart des gens, le compte de retraite de la caisse de pension représente le principal actif et devrait aujourd'hui suffire pour environ 20 à 30 ans. De plus, cette décision est définitive. Une fois prise, elle ne peut plus être modifiée. Aujourd'hui, nombreux sont celles et ceux qui optent délibérément pour une combinaison de rente et de capital. La rente apporte de la sécurité et de la visibilité, tandis que le capital offre la flexibilité nécessaire pour concrétiser des projets, réaliser des investissements ou constituer un héritage.

IDÉE FAUSSE

> «Je déciderai peu avant ma retraite de la manière dont je souhaite percevoir mon avoir de prévoyance.»

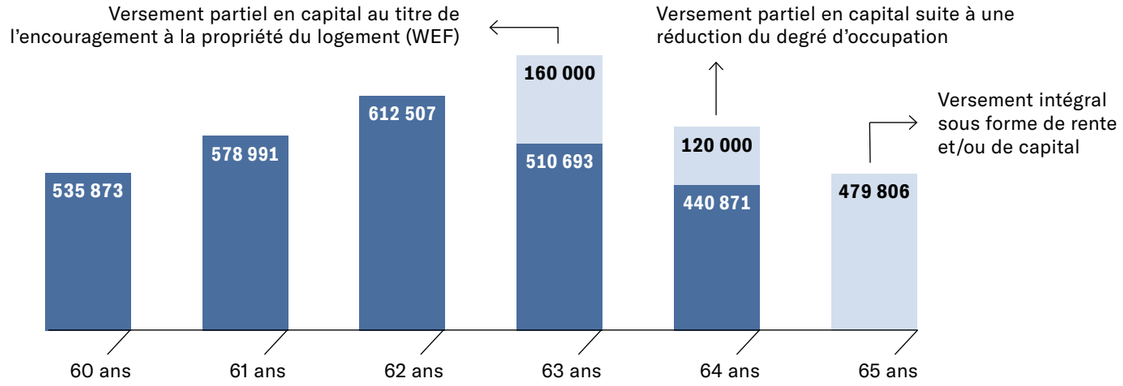
Il n'existe pas de règle générale pour déterminer le bon équilibre. Le bon choix dépend de la situation, des objectifs et du profil de risque de chacune et chacun. C'est précisément là que le conseil personnalisé prend tout son sens. Il tient compte des nombreux facteurs qui entrent en jeu et les combine pour élaborer une stratégie sur mesure.

Signaler à temps le versement en capital à la caisse de pension
Le choix d'un capital doit être signalé à la caisse de pension au plus tard un an avant le versement; certains règlements imposent même une obligation d'annoncer de trois ans. Celui qui attend le dernier moment pour se décider a, en réalité, déjà perdu la possibilité de choisir.

Capital ou rente: comment choisir?

- ✓ Inflation: comment préserver le pouvoir d'achat de ses revenus sur 20 à 30 ans?
- ✓ Protection de la famille: que reste-t-il au conjoint ou aux héritiers en cas de décès?
- ✓ Options de placement: comment le capital perçu est-il investi et géré?
- ✓ Espérance de vie: comment influence-t-elle la répartition entre rente et capital?
- ✓ Objectifs personnels: quel niveau de sécurité recherchez-vous et quelle liberté souhaitez-vous conserver?
- ✓ Fiscalité: quelles sont les implications fiscales de la rente et du versement en capital, et peut-on échelonner ces versements?

Planification de la retraite – possibilités de versement échelonné du capital
En retirant tout son capital de caisse de pension en une seule fois, on est imposé sur la totalité du montant et l'effet de la progressivité fiscale est maximal. Un versement échelonné sur plusieurs années permet de briser cette progression et de réaliser des économies substantielles. Le graphique ci-dessous illustre comment échelonner les versements en capital au fil du temps, par exemple au moyen de versements partiels pour l'accession à la propriété du logement (EPL), d'une réduction du degré d'occupation, puis d'un versement sous forme de rente ou de capital à la retraite. Il est essentiel de planifier suffisamment tôt, car les possibilités de versement ne peuvent pas être créées rétroactivement.



Travailler après 65 ans – les possibilités offertes par les trois piliers. Continuer à travailler après 65 ans ouvre des possibilités différentes dans chacun des trois piliers, mais celles-ci ne se combinent pas automatiquement. L'AVS peut être anticipée ou ajournée, tandis que la caisse de pension permet, selon son règlement, de choisir entre rente, capital ou une combinaison des deux. Quant au pilier 3a, il reste ouvert en cas de poursuite d'une activité lucrative. Ces différentes possibilités sont résumées dans le graphique ci-dessus. Les connaître permet de préparer son passage à la retraite de manière réfléchie.

1er PILIER

Rente uniquement

Versement anticipé de l'AVS possible à partir de 63 ans; pour les femmes nées entre 1961 et 1969, le versement anticipé est possible à partir de 62 ans. Report possible jusqu'à 70 ans.

Un nouveau calcul de la rente AVS est possible si l'on continue à travailler au-delà de l'âge de référence AVS ordinaire.

2e PILIER

Rente et/ou capital possibles

Versement à la retraite, au plus tard à 70 ans en cas de poursuite de l'activité.

Effectuer des rachats s'il existe une lacune de prévoyance (visible sur le certificat de prévoyance).

3e PILIER

En principe, seul le versement en capital est possible

Versements entre 60 et 65 ans, au plus tard à 70 ans en cas de poursuite de l'activité.

Effectuer systématiquement des versements dans le 3e pilier tant que l'on exerce une activité lucrative.

Le capital suffira-t-il jusqu'à la fin de la vie?

Le vieillissement démographique et l'allongement de l'espérance de vie comptent parmi les principaux défis auxquels l'économie suisse est confrontée. Le départ à la retraite des générations du baby-boom prive les entreprises de collaboratrices et collaborateurs expérimentés et de précieuses compétences, alors même que le taux de natalité est actuellement en forte baisse. La perspective d'une vie longue et en bonne santé, avec jusqu'à 30 années de retraite, est certes réjouissante, mais financer cette période de la vie constitue un défi à la fois individuel et sociétal.



Augmenter sa rente en travaillant plus longtemps



Jörg Odermatt
Président du CA

L'âge de la retraite AVS n'est plus depuis longtemps une limite stricte. De plus en plus de personnes poursuivent leur activité professionnelle au-delà de l'âge de référence, par simple choix choix ou pour des raisons financières. Aujourd'hui, on estime que 20 % des personnes âgées de 65 à 74 ans restent actives et contribuent ainsi à atténuer quelque peu la pénurie de main-d'œuvre qualifiée.

IDÉE FAUSSE

«Les versements dans le pilier 3a ne sont plus possibles si l'on continue à travailler après 65 ans.»

Le fisc aggrave la pénurie de compétences
Ceux qui continuent à travailler après la retraite ont souvent une mauvaise surprise. Comme le revenu provenant d'une activité lucrative s'ajoute aux rentes de l'AVS et de la caisse de pension, la progressivité de l'impôt pèse de manière disproportionnée sur ces revenus. Continuer à travailler ou reprendre une activité à l'âge de l'AVS devient ainsi si peu attractif que de nombreuses personnes retraitées préfèrent abandonner ou réduire considérablement leur temps de travail.

La «rente Stop & Go» réduit la charge fiscale
Pour rendre le travail après l'âge de référence plus intéressant sur le plan fiscal, PensExpert a développé l'idée d'une «rente Stop & Go». Les personnes qui reprennent une activité lucrative après avoir atteint l'âge de la retraite peuvent suspendre temporairement le versement de leur rente de vieillesse auprès de la fondation collective PensUnit. Dans ce cas, le budget du ménage est financé par la rente AVS et le revenu provenant d'une activité lucrative.

Soutien politique
L'idée de la «rente Stop & Go» bénéficie désormais d'un soutien politique de la part des autorités fédérales à Berne et devrait, à l'avenir, être accessible à toutes les personnes assurées.

Pourquoi réintégrer la caisse de pension après l'âge AVS

- ✓ Les cotisations d'épargne supplémentaires renforcent les prestations de vieillesse. Les cotisations au pilier 3a restent possibles.
- ✓ Allègement fiscal grâce à la possibilité de déduire les cotisations d'épargne.
- ✓ Renfort de l'attrait d'une activité lucrative à l'âge de l'AVS.
- ✓ Mesure pertinente pour lutter contre la pénurie de main-d'œuvre qualifiée.
- ✓ Suppression de l'inégalité de traitement entre les personnes assurées qui continuent à travailler sans interruption lorsqu'elles atteignent l'âge de l'AVS et celles qui reprennent une activité lucrative après une interruption.

Faire don de la 13e rente de vieillesse AVS
La 13e rente de vieillesse AVS sera versée pour la première fois en décembre 2026. Cette rente complémentaire est versée à tous les bénéficiaires de rentes, quelle que soit leur situation financière. Celles et ceux qui peuvent vivre sereinement sans la 13e rente AVS sont invités à la reverser à des fins utiles. La «Fondation Chance 13» propose ainsi une autre approche que le principe de l'arrosoir, en consacrant les fonds récoltés à la lutte contre la pauvreté des personnes âgées, à la formation des enfants et des jeunes, et à la promotion de l'entrepreneuriat.

Se réveiller sans réveil: les rêves d'avenir de nos collaboratrices et collaborateurs

Se réveiller sans réveil. Pour beaucoup, c'est l'incarnation même de la liberté: le moment où la prévoyance a porté ses fruits et où l'on peut enfin disposer pleinement de sa vie. Mais concrètement, à quoi ressemble ce moment? Nous avons demandé à nos collaboratrices et collaborateurs ce qu'ils souhaiteraient faire quand le réveil ne sonnera plus. Leurs réponses sont aussi variées que la vie elle-même et nous rappellent qu'une bonne prévoyance, ce n'est pas un chiffre sur un compte bancaire, mais la possibilité de se réjouir de l'avenir.



«Je souhaite pouvoir vivre librement et en toute indépendance financière, rester en bonne santé et heureuse, entourée de ma famille et de mes amis les plus proches.»

Désirée Marzetti, 45 ans, Bâle

«Profiter de chaque journée et me réjouir des nombreux kilomètres à parcourir, ponctués d'aventures et de moments inoubliables.»

Livio Candrian, 32 ans, Zurich

«Mon souhait est de me réveiller chaque matin en bonne santé et de me demander: quel jour sommes-nous aujourd'hui?»

Stephan Müller, 61 ans, Lucerne

«Je souhaite avoir du temps pour ce qui me passionne: la musique. Apprendre à jouer du violoncelle figure en tête de ma liste.»

Evelyne Gander, 42 ans, Lucerne

«Le matin, une longue promenade sur la plage; l'après-midi, regarder les vagues depuis mon hamac; et le soir, célébrer la vie avec ma famille et mes amis autour d'un bon repas.

Sandra Vögeli, 47 ans, Berne

«Le plus important, au fond, c'est d'avoir construit une vie qui me donne une bonne raison de me lever demain.»

Marie Savoca, 26 ans, Lausanne

«Je souhaite un quotidien au rythme de mes envies, pas de l'horloge. Me lever quand je le veux, pas parce que je dois le faire.»

Blinera Mustafa, 23 ans, Saint-Gall

«Quand le réveil ne sonnera plus, j'espère avoir du temps. Du temps pour découvrir de nouveaux horizons et pour profiter de chaque jour sans courir après le temps.»

Raphaël Berner, 44 ans, Genève

Une bonne prévoyance pour vivre sereinement jusqu’à 100 ans

Votre check-list de prévoyance pour toutes les phases de la vie
Pour ne rien laisser au hasard dans votre prévoyance, téléchargez ici la check-list PensExpert pour toutes les étapes de la vie:

Tenez-vous au courant
Restez à jour sur les évolutions politiques, les changements fiscaux, les nouvelles tendances et les autres enjeux de la prévoyance en vous inscrivant ici à notre newsletter trimestrielle:

À propos de PensExpert

PensExpert figure parmi les principaux prestataires de services de prévoyance en Suisse et s’engage depuis l’an 2000 en faveur d’une prévoyance adaptée à la réalité de vie des personnes.
Cette entreprise, dont le siège se trouve à Lucerne, fait partie du groupe Reichmuth; elle opère de manière indépendante sur le marché et collabore avec plus de dix partenaires bancaires. Avec une centaine de collaboratrices et collaborateurs répartis sur sept sites, PensExpert gère des avoirs de prévoyance de plus de 12 milliards de francs pour plus de 18 000 personnes assurées et conseille 2500 entreprises dans la conception de leurs solutions de prévoyance.
L’autodétermination constitue un élément central de l’offre destinée aux personnes assurées: des possibilités de placement flexibles jusqu’à des solutions pionnières telles que le «compte épargne-temps», introduit avec succès par sa filiale allemande.

Direction du projet et rédaction
Natalie Jäggi et Corinne Galliker (PensExpert)

Photographie
Olivia Schenker, Lausanne

Illustration (portraits)
Kornel Stadler, Berne

Conception graphique et mise en page
Piero Bevilacqua, Zurich

Relecture et correction
Apostroph Group, Lucerne

Impression
Triner AG, Schwyz

Éditeur
PensExpert SA
Kauffmannweg 17
6003 Lucerne

© 2026 PensExpert SA, Lucerne