

INFOS – ASTUCES - ADRESSES - PENSE-BÊTE - Pour vous, membres de la PV-Vaud

Propositions et adresses de références:

Fédération romande des consommateurs	021 331 00 90	
Asloca Vaud: (évent. par région)	021 617 50 36	
Subside assurance maladie: (Vaud)	021 557 47 47	https://prestations.vd.ch
Demande de prestations complémentaires:	021 964 12 11 ou:	
	https://www.caisseavsvaud.ch/particuliers/prestations-complementaires-avsai	
Ombudsman caisse-maladie	041 226 10 11	
Ombudsman assurance privée et Suva	021 317 52 71	
Ombudsman branche suisse du voyage	044 485 45 35	
Commission de conciliation des dentistes	021 946 18 84	
Mouvement des aînés Vaud	021 320 12 61	http://www.mda-vaud.ch/
Fédération suisse des patients	079 197 21 15	http://www.federationdespatients.ch/
Connaissance 3, UNIL aînés/seniors	021 311 46 87	https://wp.unil.ch/connaissance3/

Retraités-Aînés, la maltraitance

Environ 300'000 retraités ou aînés sont "victimes de maltraitance en Suisse". Les victimes et ceux qui les entourent, peuvent obtenir toutes les infos au no:

0848 00 13 13 <https://vieillesesansviolence.ch>

Pro Senectute Suisse

La plus grande organisation suisse de services spécialisés en faveur des personnes âgées
<https://vd.prosenectute.ch/fr.html>

Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, 1004 Lausanne 021 646 17 21

A tout âge, il est bon de nouer de nouveaux contacts et d'enrichir son esprit. Avec Pro Senectute Vaud, il y a des loisirs pour tous les goûts. Vous trouverez donc certainement une activité qui répondra à vos attentes et qui vous permettra de passer d'agréables moments.

Soutien social et aides financières - État de Vaud.

Pour tout problème, social et financier cette adresse internet vos aidera dans vos recherches:
<https://www.vd.ch/themes/soutien-social-et-aides-financieres>

CMS Les centres médico-sociaux Vaud: sont le premier relais d'aide et d'appui au maintien à domicile. Vous êtes confrontés à des difficultés dues à votre **état** de santé.

<https://www.vaudfamille.ch/cms-centres-medicaux-sociaux-vaud>

Activités de groupe - Soutien psycho-social

Nous ne vous laissons pas seul dans les moments difficiles de votre vie et en cas de problèmes personnels. Très compétents, nos spécialistes vous conseilleront gratuitement et discrètement puisqu'ils sont soumis au secret professionnel et quelle que soit votre situation:

Dans le cadre d'une consultation dans un centre, nous sommes à votre écoute et répondons à vos questions sur les sujets suivants:

- Tensions familiales et problèmes relationnels
- Appréhender un décès
- Organisation du temps libre
- Gestion des crises
- Autres problèmes personnels

Vous trouverez toujours une oreille attentive chez nous. Nos spécialistes élaboreront une solution avec vous et vous accompagneront quelque temps dans votre parcours de vie dans le cadre d'une consultation sociale.

EMS Rechercher un établissement: s'inscrire par ex sur sect. Lausanne: www.rsrl.ch

BRIO, Bureau régional d'information et d'orientation.

Il existe 4 réseaux sur le plan vaudois, La Côte, Nord-Broye, Haut-Léman et région Lausanne. Les établissements médico-sociaux ne tiennent en principe plus de liste d'attente ou de réservation. Lorsqu'il y a besoin d'un placement, c'est le Bureau régional d'information et d'orientation (BRIO) de chaque RESEAU DE SOINS de votre domicile qu'il faut contacter. Il tient à jour la liste des offres et demandes de placement.

L'AVASAD Association vaudoise d'aide et soins à domicile met également à disposition la carte d'urgence: elle permet d'organiser le relais auprès de votre proche si vous êtes soudainement empêché d'apporter votre aide habituelle. A l'aide de cette carte, les professionnels déclencheront une prise en charge de votre proche par les services de soins à domicile.

AVASAD Lausanne

021 623 36 36

www.avasad.ch/proches-aidants

AVIVO Vaud, association de défense et de détente des retraités

- AVIVO, association de défense et de détente des retraités, défend l'AVS et se bat pour son amélioration afin de permettre à tous les retraités présents et futurs de vivre dignement. Elle entretient des relations avec les autorités tant au niveau fédéral, cantonal que communal.
- Intervient et prend position dans le domaine social tout en restant neutre sur le plan confessionnel et partisan.
- Offre à ses membres l'occasion de pratiquer des activités de loisirs, festives et culturelles.
- Facilite les initiatives individuelles et collectives en matière de loisirs.
- Informe et aide les personnes rencontrant des difficultés administratives, notamment pour remplir les déclarations d'impôts.

<https://avivo-vaud.ch>

<https://avivo-Vaud.ch/permanences/>

Votre SEV-PV Vaud

"L'Encadrement" veut surtout dire pour nous : relations humaines !

L'adhésion à la section vous permet de maintenir le contact avec vos anciennes et anciens collègues et faire de nouvelles connaissances.

Votre section s'active en étroite collaboration avec la sous-fédération, des intérêts des pensionnés : Caisse de pension, renchérissement sur la vie lié aux rentes, caisse-maladie, AVS, etc... Il en va de même pour les facilités de voyage. Elle vous informe également sur les votations et les élections ainsi que des problèmes relatifs aux personnes âgées.

Les objectifs de votre comité sont:

- Sauvegarder les intérêts des pensionnés.
- Eviter à nos membres le danger d'un isolement et de solitude.
- Organisation d'assemblées.
- Organisation de voyages et d'excursions.
- Fête de Noël et autres manifestations.
- Soutien des membres, visites aux membres malades, handicapés et hospitalisés.
- Relations avec des organismes d'aide (Pro Senectute, etc...).

DÉCÈS Pensez à faire une mise en ordre de tous vos papiers, **c'est nécessaire !**

Chaque personne, pensionnée, devrait avoir à cœur de mettre à jour ses affaires personnelles alors qu'elle est encore en bonne santé. Ainsi, on peut épargner à ses proches des difficultés lors d'un décès ; un événement déjà fort difficile à assumer.

Comme personne ne connaît le jour où il prendra congé de la vie. La mise à jour des formalités ne devrait pas être laissée au hasard, s'agissant notamment de la rédaction d'un testament ou de la conclusion d'un pacte de succession. La répartition des procurations nécessaires constitue également un point important.

Données confidentielles pour les survivants / Directives anticipées

Les dispositions prises de son vivant contribuent à la clarté des relations avec vos proches. Ils seront reconnaissants, lorsqu'ils connaîtront les vœux et dispositions à prendre. Car il s'agit peut-être d'éléments qui n'appartiennent pas proprement dit à un testament.

Le testament

Les dernières volontés peuvent, selon notre législation, être établies de deux manières :

- par une déclaration manuscrite (testament olographe)
- ou par un testament officiel

Le testament olographe (Code civil, art. 505).

Il doit être rédigé par le testateur en entier, avec l'indication du lieu, de l'année, du mois et du jour, auquel il a été rédigé. Il portera enfin la signature du testateur.

Le testament officiel (code civil, art. 499)

Il exige la participation de deux témoins, d'un fonctionnaire, d'un notaire ou de toute autre personne ayant qualité à cet effet, selon les dispositions particulières du droit cantonal. Vos dernières volontés doivent être placées dans un endroit sûr. Nous conseillons de le faire auprès des autorités (par ex notaire), qui sont désignées à cet effet par le droit cantonal.

Comptes bancaires et postaux

Comptes bancaires

Le détenteur d'un compte de dépôt, de papiers-valeurs, peut donner à une ou plusieurs personnes le droit de disposer de ses biens. Il devra déposer auprès la banque une procuration valable au-delà du décès. Si aucune procuration n'a été déposée, les survivants peuvent avoir des ennuis, car jusqu'à la levée des avoirs bloqués il n'est pas possible de retirer de l'argent et cela peut durer parfois un certain temps. Une procuration valable ne donne pas droit de disposer sans restriction un retrait d'argent. En général il est possible de disposer de la somme nécessaire pour l'entretien courant et pour régler les frais liés au décès.

Votre institut financier vous renseignera.

Postfinance

(Anciennement CCP ou compte de chèques postaux) et tout autre placement chez Post Finance. Le détenteur peut déposer les procurations avec la carte de signatures auprès de PostFinance. En cas de décès du détenteur d'un compte, il y a également des conditions restrictives à respecter.

Caisse du personnel CFF - compte Deposito

En cas de décès du détenteur d'un compte, Deposito – Caisse du personnel CFF, les ayants-droits figurant sur la carte de signatures peuvent retirer tout au plus un montant pour le règlement des frais occasionnés par le décès. Les cartes de signatures peuvent être demandées auprès de la caisse du personnel CFF, CP, 5600 Lenzburg ou E-mail: personalkasse@sbb.ch

Caisse maladie - Subside à l'assurance maladie

Le canton de Vaud octroie des subsides pour financer une partie ou la totalité des primes d'assurance-maladie obligatoire selon votre revenu et votre fortune. L'aide financière ne concerne pas les assurances complémentaires. L'objectif du subside est de limiter la charge relative aux primes d'assurance-maladie à 10% de votre revenu déterminant.

Vous pouvez obtenir des renseignements ou faire une demande de subside au no de tél. 021 557 47 47 ou sur le site ci-après

www.vd.ch/themes/sante-soins-et-handicap/assurance-maladie/subside-a-lassurance-maladie

Assurance accidents de l'agenda SEV

Lors d'un décès ou d'une invalidité totale d'un membre ou de son conjoint / concubin, suite à un accident, en possession du certificat d'assurance agenda SEV, il faut informer par écrit le SEV, le plus rapidement possible et envoyer les documents suivants :

- le certificat d'assurance avec la signature de l'assuré
- un rapport détaillé sur l'accident
- un certificat médical avec une description claire et précise de l'accident ou de la blessure qui a conduit au décès

Adresse : **SEV-Syndicat** du personnel des transports, Steinerstrasse 35 – Case postale 3000 Berne 16

L'assurance accident n'est valable que pour l'année qui figure sur le certificat d'assurance.

Sachez bien meubler vos loisirs

Vous avez un hobby, un violon d'Ingres ou autre talent, alors mettez-les en valeur lors de votre retraite. Sans être sous pression, vous pouvez ainsi vous vouer à vos préoccupations favorites. Il faut aussi soigner les contacts humains. Autre possibilité, s'investir dans le bénévolat, pourquoi pas assurer une tâche dans votre section PV

Bougez, faites un peu de sport selon vos possibilités, c'est bon pour la santé !

Et n'oubliez pas une alimentation saine !

Les membres du comité de la section PV Vaud peuvent répondre à vos demandes dans la mesure de leurs connaissances.

NOUS ESPERONS QUE CE DOCUMENT VOUS SERA UTILE.

Votre comité

Références: Toutes ces adresses et références ont été vérifiées, mais des erreurs peuvent encore survenir. Toutes ces infos ont été collectées sur les sites internet concernés. Les infos SEV ont été extraites du site ainsi que de la brochure une tranche de vie éditée par le SEV.