



Grâce à ces démarches, vous pourrez aborder votre retraite en toute tranquillité et profiter pleinement de vos activités et projets favoris. Nous espérons que cet aide-mémoire vous aura été utile et vous souhaitons une excellente retraite !

## Ressources

**Beneva**  
[beneva.ca/fr/assurance-collective/fiq](https://beneva.ca/fr/assurance-collective/fiq)  
Tél.: 1 844 580-7646

**Retraite Québec**  
[retraitequebec.gouv.qc.ca](https://retraitequebec.gouv.qc.ca)  
Tél.: 1 800 463-5533

**RIIRS**  
[riirs.org](https://riirs.org)  
Tél.: 1 800 639-9519

# UNIES DÉTERMINÉES MOBILISÉES

EN SANTÉ

Pour en savoir plus sur le RREGOP



[fiqsante.qc.ca/avantages/#retraite](https://fiqsante.qc.ca/avantages/#retraite)



**FIQ Montréal** | Siège social  
1234, avenue Papineau, Montréal (Québec) H2K 0A4  
514 987-1141 | 1 800 363-6541

**FIQ Québec**  
1260, rue du Blizzard, Québec (Québec) G2K 0J1  
418 626-2226 | 1 800 463-6770

[fiqsante.qc.ca](https://fiqsante.qc.ca) | [info@fiqsante.qc.ca](mailto:info@fiqsante.qc.ca)

# PARTIR À LA RETRAITE

## DU BON PIED



Quelles  
sont les  
démarches  
à effectuer ?



**Au moment où vous déciderez qu'il est temps de prendre votre retraite, certaines démarches seront nécessaires. Cet aide-mémoire a pour but de vous accompagner dans cette étape importante.**

## AIDE-MÉMOIRE DES ACTIONS À PRENDRE

### Durant votre emploi

- ❑ Vérifiez votre **relevé de participation** au régime de retraite chaque année.
- ❑ Si vous souhaitez procéder à un **rachat de service**, assurez-vous de le faire **avant votre départ à la retraite**.
- ❑ Planifiez votre **plan de retraite global** (âge de prise du RREGOP, RRQ, PSV, gestion des placements, etc.) afin d'optimiser vos revenus. N'hésitez pas à consulter un ou une planificatrice financière.



### Trois mois avant votre départ à la retraite

- ❑ Vérifiez vos **banques de congés accumulés** (vacances, fériés, etc.).  
→ Le choix de les faire monnayer ou de les prendre influencera la date de votre retraite.
- ❑ Confirmez la **date de votre départ à la retraite** à votre employeur.
- ❑ Remplissez le **formulaire « Demande de prestation de retraite d'un régime de retraite du secteur public »** dans la section Mon dossier du site de Retraite Québec.
- ❑ Il s'agit de votre **dernière occasion** de procéder à un rachat de service.

### Dans les 31 jours suivant la fin de votre lien d'emploi

- ❑ Vous pouvez exercer votre **droit de transformation** de votre assurance vie collective en assurance individuelle.

### Dans les 60 jours suivant la fin de votre lien d'emploi

- ❑ Vous devez souscrire à une **assurance médicaments** (via votre conjoint-e ou la RAMQ).
- ❑ Vous pouvez souscrire à une **assurance maladie complémentaire** (via votre conjoint-e ou un contrat individuel).



Regroupement interprofessionnel  
des intervenantes retraitées  
des services de santé

Le RIIRS regroupe plus de 11 000 professionnelles en soins retraitées à travers le Québec. Sa mission est de porter la voix collective de ses membres afin de défendre leurs droits et leurs intérêts.

Le regroupement propose notamment une assurance vie individuelle et une assurance maladie complémentaire à la RAMQ.

Nous vous invitons à communiquer avec eux pour devenir membre.

## ASSURANCES À LA RETRAITE

### Assurance vie (facultatif)

À votre départ à la retraite, votre assurance vie collective prend fin. Trois options s'offrent à vous :

#### 1. Adhésion au RIIRS

- Possibilité de transférer un montant équivalent ou inférieur à celui que vous déteniez avant votre retraite (jusqu'à 50 000 \$, réduit à 25 000 \$ à 70 ans), **sans preuve de santé**.
- Tout montant excédentaire peut être transformé selon l'option 2.

**Délai : 60 jours après la fin du lien d'emploi.**

#### 2. Transformation auprès de Beneva

- Possibilité de transformer, en tout ou en partie, votre montant d'assurance vie (et celui de vos personnes à charge, s'il y a lieu) en assurance vie individuelle, jusqu'à concurrence du montant détenu avant votre retraite.

**Délai : 31 jours après la fin du lien d'emploi.**

#### 3. Aucune adhésion ni transformation

- Vous renoncez alors à l'ensemble des protections possibles.



### Assurance médicaments (obligatoire)

**Si vous êtes admissible au régime d'assurance collective de votre conjoint-e :**

- Vous avez l'obligation d'y adhérer, ainsi que vos personnes à charge.
- Cette obligation prend fin lorsque votre conjoint-e atteint 65 ans.

**Si vous n'êtes admissible à aucun régime d'assurance collective :**

- Vous devez vous inscrire à la **RAMQ**, ainsi que vos personnes à charge, pour la couverture des médicaments.

### Assurance maladie complémentaire (facultatif)

Votre employeur avisera Beneva de votre départ. L'assureur vous enverra alors par la poste une trousse contenant l'information sur les protections individuelles offertes à la retraite.

Si vous n'avez pas accès à un régime collectif (assurance voyage, professionnel-le-s de la santé, chambre d'hôpital, etc.), vous aurez trois choix :

1. Souscrire au régime d'assurance maladie individuelle du **RIIRS**.
2. Souscrire au régime d'assurance maladie individuelle **Perspective** de **Beneva**.
3. Ne souscrire à **aucun** de ces deux régimes.

**Délai : 60 jours après la fin du lien d'emploi.**

