

Una nuova fase di vita: il pensionamento

- Informazioni
- Consigli
- Indirizzi



SBB Pensionierte
Pensionné-e-s CFF
Pensionati/e FFS

Colophon

Redazione: Chantal Fischer, SEV

Creazione: Tiemo Wydler, SEV

Stampa: SEV, Steinerstrasse 35, 3000 Berna 6

14a edizione 2022

Crediti di immagine

P. 1: cottonbro / Pexels

P. 7, 10/11: SEV

P. 17: Seilbahnen Schweiz

P. 21: Pixabay.com

P. 22, 30/31: pxhere.com

P. 27 URh



Indice

Il pensionamento: una nuova fase di vita	6
La struttura della PV SEV	8
I punti forti della PV SEV	9
Quote dei membri: ampie prestazioni a buon mercato	12
Informazione costante	12
Consulenza giuridica	12
Assicurazione di protezione giuridica SEV MULTI	12
Prestiti e contributi di soccorso	13
Assicurazione infortunio dell'agenda	14
Assicurazioni malattia	14
Altre prestazioni	15
Vacanze e soggiorni di riposo	16
Buoni sconto per vacanze	16
Valuta REKA	17
FARES	18
La terza fase della vita	20
Il testamento	23
Direttive del paziente	23
Il mandato precauzionale	25
Letture consigliate	26
Procure	26
Indirizzi importanti	28



Il pensionamento: una nuova fase di vita

Al termine dell'attività professionale, durante la quale la tua grande esperienza ti ha aiutato/a a fronteggiare i continui cambiamenti e le nuove esigenze, all'orizzonte si profila una nuova fase di vita: il pensionamento e il conseguente meritato riposo.

Pensionamento non significa però solo congedarsi dal servizio dei trasporti pubblici, da un'attività interessante, dalla cerchia di amici e conoscenti, ma anche riscoprire nuovi interessi e opportunità in svariati ambiti, di essere partecipi e seguire da vicino altre attività, prendersi il tempo per la famiglia, gli amici e gli hobby, per seguire la politica e le questioni sociali.

In svariati ambiti politici, che riguardano in particolare i pensionati e le pensionate (per esempio l'AVS, la cassa pensione, le agevolazioni di viaggio FVP) da soli non si ottiene granché. Per questo si deve contare su una forte rappresentanza, ossia su di un'organizzazione di lobby come viene chiamata oggi, che conosca le problematiche della terza età.

Questa è la sottofederazione PV del SEV, che conta

un effettivo di circa 12 000 pensionati e pensionate e che ha quindi la sua parola da dire.

Siamo riusciti ad incuriosirti? Le pagine seguenti ti daranno informazioni utili sulle attività e l'organizzazione della sottofederazione PV. Restare fedele al SEV è nel tuo interesse! Ti diamo il benvenuto nella cerchia dei pensionati e ci farà piacere se vorrai partecipare attivamente.

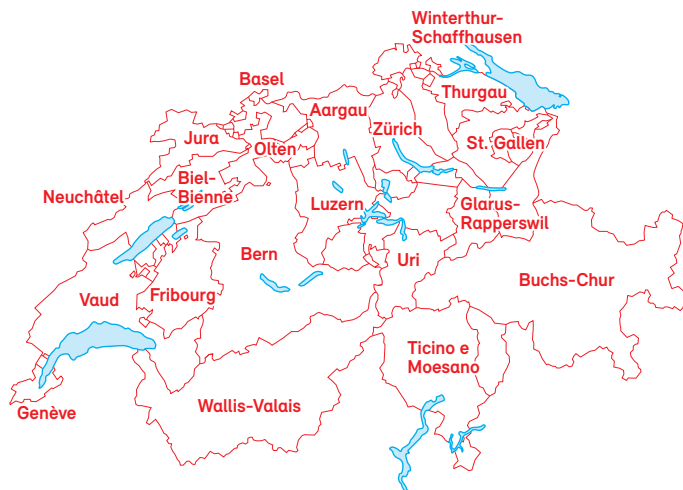


SEV Sottofederazione PV
Il presidente centrale
Roland Schwager



La struttura della PV SEV

La PV è una sottofederazione del SEV, composta dalle seguenti sezioni regionali:



Di regola l'affiliazione ad una sezione viene stabilita in base al luogo di domicilio. Non c'è nessun problema se desideri comunque cambiare sezione. Basta semplicemente rivolgersi alla o al presidente della tua attuale sezione.

Sul sito web della PV (www.sev-pv.ch) trovi i dati di contatto attuali sui membri del Comitato di tutte le sezioni.

I punti forti della PV SEV

La PV e le sue sezioni si impegnano attivamente per tutelare gli interessi delle pensionate e dei pensionati:

- nella politica sociale (casce pensioni, rincaro rendite, cassa malati, AVS, ecc.)
- agevolazioni di viaggio (FVP)
- informando sulle questioni politiche, soprattutto in merito a votazioni e elezioni
- informando sulle tematiche legate alla terza età.

Per noi è importante la «comunità» di persone che la pensano allo stesso modo: chi dopo il pensionamento è membro della PV SEV, mantiene i contatti con le proprie colleghe e i propri colleghi e fa nuove conoscenze.

Noi discutiamo: l'organizzazione regolare di assemblee dà la possibilità di presentare le proprie proposte e avere voce in capitolo.

Assaporiamo e condividiamo bei momenti: tutti i membri PV e spesso anche i loro familiari possono prendere parte ai nostri apprezzati viaggi, gite, escursioni e feste natalizie.

Ci occupiamo di facilitare le relazioni con le organizzazioni di assistenza, quali Pro Senectute, Spitex, ecc. e visitiamo le pensionate e i pensionati malati o infermi. Effettuiamo visite per congratularci con coloro che raggiungono compleanni significativi a cifra tonda.



Unsere Arbeit
verdient gute Renten

AVS **x13**
Il nostro lavoro
merita delle buone pensio

AHV **x13**
Unsere Arbeit
verdient gute Be

Quote dei membri: ampie prestazioni a buon mercato!

I membri pensionati approfittano senza riserve delle prestazioni del SEV pagando un contributo molto ridotto. A questo si aggiunge un modesto contributo per la sottofederazione e la sezione.

Informazione costante

Il giornale SEV informa nelle tre lingue nazionali sulle attività sindacali, prende posizione su questioni politiche e sociali ed è anche portavoce delle sezioni e di affiliate e affiliati.

Consulenza giuridica

Il SEV accorda anche alle pensionate e ai pensionati un'assistenza giuridica in caso di controversie. Questa prestazione è oltremodo utile in quanto comprende una consulenza nei casi di diritti alle rendite di cassa pensione, AVS, AI, PC AVS e SUVA, assegni per grandi invalidi dell'AVS e agevolazioni di viaggio (FVP).

Assicurazione di protezione giuridica SEV MULTI

Il SEV offre, in collaborazione con Coop Protezione giuridica, un'assicurazione di protezione giuridica privata e nell'ambito della circolazione ad un prezzo concorrenziale. Questa prestazione è oltremodo in-

teressante anche per i pensionati e le pensionate, in quanto l'offerta comprende il diritto di locazione oppure per le vittime di atti di violenza.

L'adesione all'assicurazione di protezione giuridica SEV MULTI avviene via Segretariato centrale SEV. I casi vanno annunciati direttamente all'ufficio della Coop Protezione giuridica.

Prestiti e contributi di soccorso

Per acquisti imprevisti urgenti o per superare difficoltà finanziarie il SEV può concedere ai suoi membri prestiti a condizioni di favore. Il prestito è limitato a CHF 5000.- e dev'essere rimborsato entro tre anni.

I sostegni a lunga durata (prestazioni complementari e aiuti sociali) sono di competenza di comuni e cantoni. Anche se richiederle può a volte risultare difficile, le persone bisognose di aiuto ne hanno pienamente diritto.

In caso di difficoltà finanziarie – per esempio a seguito di una lunga degenza ospedaliera – il SEV può versare ai suoi membri, a condizione che siano già state esaurite altre prestazioni sociali, un contributo di soccorso di al massimo CHF 1000.-. L'importo non deve essere rimborsato.



Assicurazione infortunio dell'agenda

Ogni acquirente della pratica agenda tascabile annuale è automaticamente assicurato/a, assieme al suo o alla sua compagno/a di vita, per CHF 5 000.– a persona in caso di decesso o di invalidità totale dovuta a infortunio. La polizza di assicurazione deve essere firmata dalla persona assicurata.

Assicurazioni malattia

I membri SEV e i loro familiari possono aderire all'assicurazione collettiva CPT (fino al compimento dei 70 anni) e ÖKK (fino al raggiungimento dell'età AVS). Le assicurazioni collettive valgono solo per il settore delle assicurazioni complementari.

Chi beneficia dell'assicurazione collettiva rimane membro collettivo anche dopo il pensionamento, fintanto che è membro del SEV. I figli di membri SEV, quando non sono più adempite le condizioni dell'assicurazione collettiva, possono passare all'assicurazione individuale della rispettiva cassa malati.

Altre prestazioni

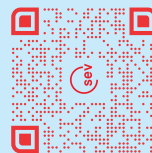


www.helvetia.ch/sev



www.cler.ch/sev

Anche dopo il pensionamento si ha diritto a tutte le prestazioni del SEV



Trovi maggiori informazioni sulle prestazioni del SEV su:
www.sev-online.ch/it/deine-vorteile



Vacanze e soggiorni di riposo

L'affiliazione al SEV permette di beneficiare di interessanti offerte di vacanze a prezzi vantaggiosi. Informazioni in merito alle offerte sono ottenibili presso il Segretariato centrale SEV.

Al Parkhotel Brenscino (Reka) a Brissago potrai trascorrere ferie in un contesto da sogno e con molto comfort, oltretutto approfittando di uno sconto del 20 per cento! Informazioni sull'hotel e le sue offerte su www.brenscino.ch.

La Cooperativa delle case di vacanze e di sci dei ferrovieri (FSG) offre ai membri SEV uno sconto del 10 per cento sulle case di vacanza di Samedan, Grindelwald e Bettmeralp (www.fsg-ferien.ch).

Buoni sconto per vacanze

Membri con un reddito modesto e i loro congiunti o i figli (al di sotto dei 18 anni) hanno diritto a buoni sconto per vacanze (con una riduzione del 25 o 50 per cento a dipendenza del reddito), da trascorrere presso l'albergo Brenscino e alcune altre località tra quelle citate finora e per un soggiorno fino a sette giorni in albergo, rispettivamente fino a due settimane in appartamento di vacanza. Il buono sconto va richiesto alle sezioni.

Valuta REKA

I membri SEV possono ottenere fino a 600 franchi all'anno in denaro Reka con uno sconto del 10%, con un risparmio di 60 franchi. Il denaro Reka si ottiene sotto forma di carta Reka (quota annuale di 6 franchi). La carta è disponibile direttamente presso Reka. Per saperne di più, visitate il sito www.sev-online.ch/reka-card.



FARES: Federazione delle associazioni dei pensionati e di autoaiuto in Svizzera

Il SEV è membro dell'associazione mantello FARES, che riunisce oltre 20 organizzazioni di anziani e di autoaiuto a livello nazionale, regionale e locale. Dal 1990, FARES si occupa di coordinare e sostenere i suoi membri in attività economiche, sociali e culturali, come pure dell'organizzazione in proprio di manifestazioni in questi campi.

FAROS intende favorire:

- l'organizzazione e l'autoaiuto delle persone anziane in Svizzera,
- il rafforzamento della loro posizione e la loro integrazione nella società,
- il dialogo tra le generazioni e la discussione comune,
- la rappresentanza pubblica delle rivendicazioni dei propri membri,
- la loro tutela nelle assicurazioni sociali,
- l'impegno nel lavoro degli anziani.

FARES è un'associazione strutturata in modo democratico ed indipendente da partiti politici. Tutti i membri designano i propri rappresentanti all'assemblea dei delegati sulla base del numero dei propri membri e hanno diritto a far parte e a partecipare ai lavori dei gruppi di lavoro permanenti. Unitamente all'ASA, l'Associazione svizzera degli anziani, FARES ha promosso la costituzione del consiglio svizzero degli anziani, che funge da organo consultivo per il Consiglio federale e il Parlamento. FARES designa la metà dei 16 membri di questo consiglio.

VASOS
FARES

Vereinigung aktiver Senioren- und
Selbsthilfe-Organisationen der Schweiz, 3000 Bern
Fédération des Associations des
retraités et de l'entraide en Suisse, 3000 Berne
Federazione associazioni dei
pensionati e d'autoaiuto in Svizzera, 3000 Berna



www.vasos.ch



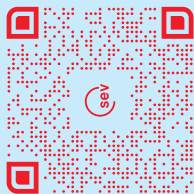
La terza fase della vita

È nella natura delle cose che in questa fase della vita ci troviamo confrontati con situazioni più complesse rispetto a quelle vissute in precedenza, questo perché stiamo invecchiando. Tuttavia in un'unione di coppia responsabile è opportuno affrontare queste sfide e organizzarsi. È quindi importante prepararsi e regolare i rapporti personali già nei giorni in cui siamo ancora in salute, rendendo in tal modo molte cose più facili ai nostri familiari.

Il dolore per la perdita di una persona cara è più facile da sopportare se questa ha già espresso in vita come immagina l'ultima fase e l'addio a questo mondo.

Le più importanti disposizioni da prendere in vita sono: il testamento e le direttive del paziente. Ora vi è anche la possibilità di impartire un «mandato precauzionale» ad una persona di fiducia, conferendole le procure necessarie.

Sul nostro sito web trovi i consigli su come comportarsi in caso di decesso.





Il testamento

Si possono esprimere le ultime volontà con un testamento in due modi:

- con un testamento olografo
- con un testamento pubblico presso un notaio

Il testamento deve essere scritto dall'inizio alla fine a mano e firmato da colei o colui che fa testamento, con indicazione del luogo e della data di quando è stato redatto.

Un contratto matrimoniale o di convivenza permette di favorire in maggior misura il o la coniuge, rispettivamente il o la partner. Deve essere redatto da un notaio.

È possibile privilegiare il o la coniuge dal punto di vista del diritto successorio con una convenzione matrimoniale autenticata da un notaio. I partner e le partner registrati dello stesso sesso possono modificare il proprio regime dei beni favorendo dal punto di vista del diritto successorio il o la partner tramite una convenzione patrimoniale autenticata da un notaio. Coppie che vivono in concubinato possono favorirsi reciprocamente alla successione tramite il contratto di concubinato che deve essere autenticato dal notaio.

Direttive del paziente

Con le direttive del paziente è possibile stabilire in anticipo quali provvedimenti medici si accettano e quali si rifiutano nel caso in cui un'incapacità di discernimento non permetta più di decidere autonomamente.

Con le direttive del paziente si indica ai medici se debbano venir applicate tutte le possibilità per il prolungamento della vita o evitare l'accanimento terapeutico, alleviando unicamente le sofferenze. Per evitare difficoltà di interpretazione possono venir aggiunti ulteriori criteri destinati ai medici e al personale curante, come pure indicata la propria volontà sulla donazione degli organi.

Importante: è opportuno definire una persona di fiducia che prenda provvedimenti vincolanti in nostra vece. È pure consigliabile definire un sostituto. In internet si possono trovare modelli di formulari riguardanti le direttive dei pazienti. Qui di seguito alcuni esempi:

- una versione in formato breve può essere ordinata presso l'Organizzazione svizzera dei pazienti OSP (www.spo.ch).
- La Federazione dei medici svizzeri FMH (www.fmh.ch) mette a disposizione un'ottima versione in formato breve, come pure una versione dettagliata delle di-

rettive del paziente. È possibile chiedere il recapito per posta della documentazione.

Le direttive del paziente devono essere compilate e stampate, inserendo a mano la data e firmate. Va pure indicata una persona di fiducia e il medico curante.

Il mandato precauzionale

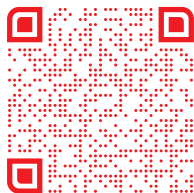
Con un mandato precauzionale si può incaricare una persona di fiducia, conferendole le necessarie procure, di intervenire nel caso in cui non si è più in grado di farlo da soli. Queste procure possono estendersi a tutti i campi della vita, dalla gestione della quotidianità alla definizione delle questioni finanziarie, fino alla rappresentanza nelle questioni legali.

Il mandato precauzionale può essere redatto in forma concisa oppure contenere diversi dettagli, per esempio sul procedimento in caso di decesso.

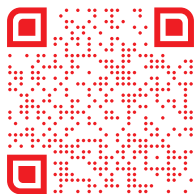
Il mandato precauzionale deve essere redatto a mano, corredato da località e data e firmato. Si può anche incaricare un notaio della sua redazione. Sarebbe opportuno consegnare il mandato anche alla persona di fiducia e vi è anche la possibilità di deporlo presso le autorità competenti del cantone di domicilio.



Letture consigliate



«Testament, Erbschaft.
Wie sie klare und faire
Verhältnisse schaffen.»



«Erwachsenenschutz. Das neue
Recht umfassend erklärt – mit
Praxisbeispielen.»

Procure

Vi è possibilità di conferire procure anche al di fuori del mandato precauzionale. Chi possiede un conto di qualsiasi tipo o è in possesso di titoli può conferire il diritto ad una o più persone autorizzate di disporre in qualsiasi momento del suo avere. A tale scopo occorre depositare presso i relativi istituti di risparmio una procura che valga anche dopo il decesso.

In mancanza di una procura i superstiti possono incontrare difficoltà perché non potranno effettuare prele-

vamenti fino alla decisione dell'autorità competente. Ciò può richiedere molto tempo. Anche il possesso di una procura valida dopo la morte non garantisce comunque di disporre dell'aveve senza restrizioni. Infatti è possibile disporre solo della somma necessaria per le spese correnti e quelle legate ai funerali.

Per quanto riguarda il conto di deposito presso la Hypothekarbank Lenzburg AG, i titolari possono impartire delle procure con un modulo apposito, scaricabile da www.sbb.ch/personalkasse (Download) oppure può essere ordinato in formato cartaceo allo 0848 722 722. Da notare che solo gli ex-collaboratori o collaboratrici FFS possono possedere un simile conto di deposito.



Indirizzi importanti

SEV

Presidente centrale PV, Roland Schwager:
zentralpraesident@sev-pv.ch; 071 912 20 74

Sezioni PV:
www.sev-pv.ch/sektionen

Segretariato centrale SEV e segretariati regionali:
www.sev-online.ch/de/der-sev/regionalsekretariat

FFS

Servizio FVP FFS:
fvp@sbb.ch

Cassa pensione FFS:
www.pksbb.ch

Cassa del personale FFS:
www.sbb.ch/personalkasse

Prestazioni

Banca Cler:	www.cler.ch
Coop Protezione giuridica SA:	www.cooprecht.ch
Helvetia Assicurazioni Svizzera:	www.helvetia.com
Cassa malati Atupri:	www.atupri.ch
Cassa malati KPT/CPT:	www.kpt.ch
Cassa malati ÖKK	www.oekk.ch
Coop. delle case di vacanza e di sci FSG:	www.fsg-ferien.ch
Parkhotel Brenscino:	www.brenscino.ch

Terza fase della vita

Dialog Ethik – Istituto interdisciplinare di etica in ambito sanitario :	www.dialog-ethik.ch
FMH – Associazione professionale dei medici svizzeri:	www.fmh.ch
Pro Senectute Svizzera:	www.pro-senectute.ch
Organizzazione svizzera dei pazienti SPO:	www.spo.ch
Fares – Federazione associazioni dei pensionati e di autoaiuto in Svizzera:	www.vasos.ch





La PV SEV tutela gli interessi delle pensionate e dei pensionati. Ci impegniamo a tutelare i tuoi interessi in ogni ambito. Se vuoi approfittarne non esitare ad unirti alla sottofederazione PV, ne vale la pena.

Grazie di cuore

www.sev-pv.ch



SBB Pensionierte
Pensionné-e-s CFF
Pensionati/e FFS