

2024-2025

# PRÉPARER VOTRE RETRAITE

UN SÉMINAIRE



1925  
**TRAF** 100  
2025



Bienvenue au séminaire *Préparer votre retraite* du Teachers' Retirement Allowances Fund. Nous remercions la Manitoba Teachers' Society d'avoir organisé ce séminaire et de nous donner la possibilité de vous rencontrer aujourd'hui. Ce séminaire a pour objectif de vous informer et de vous aider à prendre des décisions éclairées en matière de retraite.

Si vous prévoyez de partir en retraite au cours de l'année prochaine, voici quelques conseils :

- **Consultez le site Internet [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca)**  
Vérifiez régulièrement la présence d'informations nouvelles et prenez connaissance d'informations et ressources importantes, telle que les feuillets, publications et formulaires.
- **Assurez-vous que les documents requis sont prêts et que les éventuelles séparations sont réglées**  
Consultez le site Internet [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca). ou contactez notre bureau pour connaître la liste des documents requis.
- **Enregistrez-vous ou connectez-vous aux Services en ligne pour mettre à jour votre profil de compte**  
Vous devez obligatoirement vous inscrire aux Services en ligne avant de déposer votre demande de pension, alors enregistrez-vous dès que possible afin de profiter des nombreux outils et informations mis à votre disposition pour vous aider à planifier votre retraite. Votre compte vous permet de consulter vos relevés annuels, d'autres correspondances importantes et des présentations numériques, notamment sur le thème *Préparer votre retraite (Preparing for Your Retirement)*. Vous pouvez également tester l'outil d'évaluation de pension et mettre à jour votre liste de bénéficiaires. Enfin, le compte vous permet d'envoyer facilement des documents à la TRAF et de demander votre pension via notre plateforme en ligne sécurisée.
- **Contactez notre bureau**  
Fixez un rendez-vous pour examiner votre situation personnelle avec l'un de nos spécialistes des Services aux membres. Si vous êtes marié ou que vous vivez en union de fait, votre conjoint(e) devrait être invité(e) à assister à l'entretien. Ensemble, nous passerons en revue les informations concernant votre pension, les options de régimes, ainsi que la démarche à suivre pour demander et recevoir votre pension.

Bureaux ouverts de 8h00 à 17h00 du lundi au vendredi, et en général un samedi par mois pendant l'année scolaire. En juillet et août, les bureaux sont ouverts de 8h00 à 16h00. N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par courriel si vous avez des questions sur ce séminaire ou sur votre pension. Nous nous ferons un plaisir de vous aider à préparer votre retraite.

**AU SERVICE DES ENSEIGNANTS  
HIER • AUJOURD'HUI • DEMAIN**

# Préparer votre retraite

---

2024 – 2025

## Sommaire

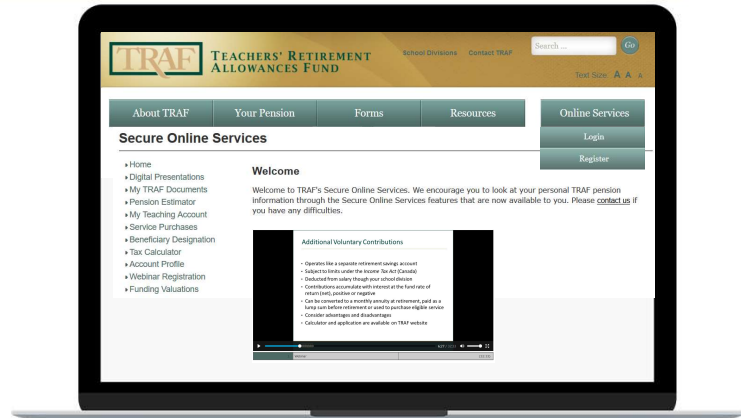
---

- Les avantages de l'inscription aux Services en ligne
- Votre pension
- Augmenter votre pension
- Cotisations facultatives
- Choix de régimes et coordination
- Demander votre pension
- Recevoir votre pension
- Événements de la vie principaux
- Enseigner après le départ en retraite
- Serez-vous prêt ?

# Les avantages de l'inscription aux Services en ligne

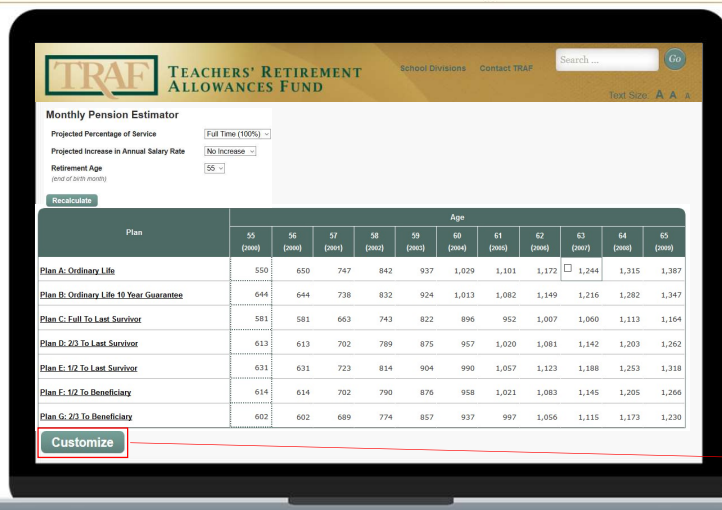
## Caractéristiques principales :

- Relevés annuels
- Outil d'évaluation de pension
- Partager des documents avec la TRAF
- Demander votre pension en ligne
- Calculateur d'impôt
- Désignation des bénéficiaires
- Présentations numériques
- Détails de la pension et feuillet d'impôt T4A (après le départ en retraite)



Regarder la présentation numérique sur « Preparing for Your Retirement » (Préparer votre retraite)

# Outil d'évaluation de pension



Note, the Percentage of Time and Pensionable Salary are editable.  
In the Percentage of Time, if you:

- work 50% time, key in .5
- work 4/5 time, key in .8
- take a leave of absence, key in 0

Year	Percentage of Time	Pensionable Service	Pensionable Salary	Term	
2019	1.0	1	80000	ST/FT	reset
2020	1.0	1	80000	ST/FT	reset
2021	1.0	1	80000	ST/FT	reset
2022	1.0	1	80000	ST/FT	reset
2023	1.0	1	80000	ST/FT	reset
2024	1.0	1	80000	ST/FT	reset

ST: Spring Term      FT: Fall Term

Recalculate    Reset All

# Votre pension

---

## Calculer votre pension

---

- La TRAF est un régime de retraite à prestations déterminées, ce qui signifie que votre pension repose sur :
  - Le salaire moyen ouvrant droit à la pension
  - Les années de service ouvrant droit à la pension
- Elle n'est pas déterminée par vos cotisations et le revenu des investissements

## Salaire ouvrant droit à la pension

- Taux de salaire (équivalent temps plein)
  - Inclut les allocations administratives
  - Exclut les avantages avant impôt, l'allocation pour usage de véhicule personnel, les revenus pour l'enseignement des cours en soirée et d'été
  - Inclut le salaire « présumé » quand des prestations d'invalidité sont perçues
- Le salaire moyen est calculé sur la base des 5 meilleures années<sup>1</sup> de salaires contractuels au cours des 12 années précédant le départ en retraite

<sup>1</sup> 7 meilleures années pour le service antérieur à juillet 1980. Il est possible de les convertir pour baser le calcul sur la moyenne des 5 meilleures années et augmenter votre pension. Pour plus d'informations, contactez la TRAF.

## Service ouvrant droit à la pension

Le service ouvrant droit à la pension est crédité pour les jours travaillés réels.

### Service pris en compte

- Emplois couverts par la TRAF. Par exemple :
  - Enseignants, spécialistes, directeurs d'écoles et directeurs généraux
  - La Faculté d'Éducation dans une université du Manitoba
  - Le Ministère de l'Éducation du Manitoba
  - La Manitoba Teachers' Society (MTS)
  - Association des commissions scolaires du Manitoba
- Jours de travail personnel avec salaire partiel ou complet, ou en percevant des prestations d'invalidité
- **Service acheté**
- **Service transféré**

### Service n'ouvrant pas droit à la pension

- Congé à salaire différé
- Congés personnels et de maladie sans solde
- Congés non prévus par la *Loi sur la pension de retraite des enseignants*

## Admissibilité

---

- Dépend de plusieurs variables :
  - Date de la fin du contrat avec votre employeur
  - Âge
  - Service admissible

## Service ouvrant droit à la pension et service admissible

---

### **Service ouvrant droit à la pension**

- Le temps réel passé à travailler (temps plein, temps partiel, contrat à durée limitée et service à titre de remplaçant pendant lequel vous avez cotisé), ou la période pendant laquelle ont été perçues des prestations d'invalidité.
- Détermine le montant de votre pension avant les ajustements pour retraite anticipée ou le choix de régime.

### **Service admissible**

- Service en tant que membre de la TRAF crédité jusqu'à la fin du dernier mois pendant lequel a été enregistré du service ouvrant droit à la pension.
- Détermine le droit à une pension réduite ou à taux plein et si une pénalité pour retraite anticipée (PRA) et prestation compensatrice s'applique.

## Admissibilité

- Retraite normale – 65 ans
  - Pension à taux plein (pas de service admissible minimum requis)
- Retraite anticipée – 55 à 65 ans
  - Moins de 10 ans de service admissible – réduction actuarielle
  - 10 ans de service admissible ou plus – PRA à vie possible (si la pension démarre avant l'âge de 60 ans et que la somme de votre âge et de vos années de service admissible est inférieure à 80), plus prestation compensatrice payable jusqu'à l'âge de 65 ans ou le décès
- Retraite différée – après 65 ans
  - Pension à taux plein (pas de service admissible minimum requis)
  - La pension ne doit pas démarrer plus tard que la fin de l'année des 71 ans du membre

### Statistiques juillet 2024

Âge moyen de départ en retraite : **59,5**  
Environ **20,7%** partent en retraite à 55 ans  
Environ **39%** partent en retraite à 60 ans ou plus  
Montant brut moyen de la pension mensuelle : **3 423\$**  
Moy. de service ouvrant droit à la pension : **25,5 ans**

## Démarrage automatique de la pension

### Si vous avez au moins 65 ans et au moins 15 ans de service admissible :

- Votre pension démarre automatiquement dès que les deux conditions sont remplies
- Il n'est pas obligatoire de mettre fin au contrat avec votre employeur
- Les cotisations cessent (elles ne sont plus autorisées)
- Le service ouvrant droit à la pension n'est plus cumulé
- La personne n'est plus soumise aux règles relatives à l'enseignement après le départ en retraite

### Sauf si vous décidez de continuer à cotiser après 65 ans<sup>1</sup> :

- Les cotisations continuent à être prélevées sur votre salaire
- Le service ouvrant droit à la pension continue à être cumulé
- Vous pouvez prendre votre retraite à tout moment après 65 ans, sans mettre fin à votre contrat
- La pension correspond au montant le plus élevé entre la pension cumulée ou l'équivalent actuariel de la pension à 65 ans

<sup>1</sup> Formulaire de choix obligatoire.



## Exemples de formule de pension

- Supposons un membre :
  - parti en retraite en juin 2024
  - avec 28 ans de service ouvrant droit à la pension
  - avec 28 ans de service admissible
  - avec un salaire moyen (sur 5 ans) ouvrant droit à la pension de 95 000\$
- Selon la formule de pension, la pension de base mensuelle de ce membre serait de 3548\$<sup>1</sup> (42 582\$ par an)
- Les exemples qui suivent montrent l'impact d'un changement du salaire moyen ou du service ouvrant droit à la pension

<sup>1</sup> Les réductions pour séparations, retraite anticipée et prestation compensatrice, le cas échéant, s'appliquent à ce stade ; tous les choix de régimes sont calculés en tant que pourcentage de la pension de base (Régime A).

## Exemples de formule de pension

### Impact d'une hausse du salaire moyen

Service ouvrant droit à la pension	Salaire moyen sur 5 ans	Pension de base mensuelle
28 ans	95 000\$	3 548\$
28 ans	97 000\$	3 641\$
Augmentation de la pension		93\$

- Le service admissible serait de 28 ans

## Exemples de formule de pension

### Impact d'années supplémentaires de service ouvrant droit à la pension

Service ouvrant droit à la pension	Salaire moyen sur 5 ans	Pension de base mensuelle
28 ans	95 000\$	3 548\$
30 ans	95 000\$	3 802\$
Changement de la pension		254\$

- Le service admissible serait de 28 et 30 ans, respectivement

## Exemples de formule de pension

### Impact de travail à temps partiel (exemple à 50%)

Service ouvrant droit à la pension	Salaire moyen sur 5 ans	Pension de base mensuelle
28 ans (temps plein)	95 000\$	3 548\$
14 ans (temps partiel à 50%)	95 000\$	1 774\$
Différence pour la pension		1 774\$

- La pension d'un membre travaillant à temps partiel est déterminée sur la base du taux de salaire équivalent temps plein
- Ce membre aura 28 ans de service admissible pour son admissibilité (et non 14 ans)
- Ce membre cumule la moitié du service ouvrant droit à la pension d'un membre travaillant à temps plein
- Ce membre recevra la moitié de la pension d'un membre travaillant à temps plein

# Augmenter votre pension

---

(par des achats de service et des transferts)

Pour en savoir plus, regardez la présentation numérique  
« Maximizing Your Pension » (Augmenter votre pension) disponible  
dans vos Services en ligne.

## Types d'achats de service

---

- Congés de maternité / parentaux / d'adoption
- Service d'enseignant à titre de remplaçant
- Congé de formation
- Rétablissement du service remboursé
- Autres services passés admissibles

## Achats de service

---

- Consultez le site Internet [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca)
- Envoyez une demande pour connaître les coûts et obtenir une estimation de l'augmentation de votre pension
- Les paiements y compris les intérêts (le cas échéant) peuvent être effectués par :
  - Transfert de REER (dans la majorité des cas)
  - Chèque (peut être déductible des impôts)
  - Transfert de vos cotisations facultatives, le cas échéant
- **Ne tardez pas** : envisagez ces options suffisamment tôt dans votre carrière.

## Transferts de service

---

- Permet de combiner le service des régimes de pension avec lesquels la TRAF a un accord réciproque (inclut les régimes d'enseignants provinciaux et certains autres régimes)
- Complétez une Demande de transfert de service disponible sur le site Internet de la TRAF et envoyez un exemplaire aux deux régimes de retraite
- **Ne tardez pas** : les transferts de service demandent généralement six à huit mois

**Remarque :**

Si vous transférez votre service de la TRAF à un autre régime, puis revenez par la suite à la TRAF en demandant que votre service lui soit re-transféré, vous ne recevrez peut-être pas la totalité du service transféré initialement.

# Cotisations facultatives

---

Pour en savoir plus, regardez la présentation numérique « Making Additional Voluntary Contributions » (Faire des cotisations facultatives) disponible dans vos Services en ligne.

# Cotisations facultatives

---

- Fonctionnent comme un compte épargne-retraite séparé
- Soumises aux plafonds définis par la *Loi de l'impôt sur le revenu* du Canada
- Déduites du salaire par votre division scolaire
- S'accumulent avec les intérêts correspondant au taux de rendement du régime (net), positif ou négatif
- Peuvent être converties en une rente mensuelle au moment de la retraite, payées en un seul versement avant la retraite, ou utilisées pour acheter du service ouvrant droit à la pension
- Étudiez les avantages et les inconvénients
- Outil de calcul et formulaire de demande disponibles sur le site Internet [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca)

# Choix de régimes et coordination

---

## Lorsque vous choisissez, tenez compte...

---

- De vos engagements financiers
- De votre espérance de vie et de celle de votre conjoint(e)
- De vos autres sources de revenu
  - Du revenu de votre emploi
  - Du RPC et/ou de la SV
  - Des investissements
  - D'autres pensions
- De votre(vos) assurance(s)-vie
- Des personnes à votre charge
- De votre mode de vie

## Ne pas oublier...

---

- Le choix d'un régime est une décision personnelle
- Vous ne pouvez plus changer de régime après réception de votre premier paiement
- Vous ne pouvez pas changer le bénéficiaire dans les Régimes C - H
- Membres célibataires : Régimes A ou B
- Membres mariés / union de fait : Régimes A – H
  - L'époux(se) / conjoint(e)<sup>1</sup> doit être bénéficiaire dans les Régimes C - H
  - Union de fait définie par la législation
    - Enregistrée conformément à la *Loi sur les statistiques de l'état civil*
    - Un an de cohabitation dans un cadre conjugal si aucun des deux n'est marié
    - Trois ans de cohabitation dans un cadre conjugal si l'un des deux est marié

<sup>1</sup> Les termes « époux(se) » et « conjoint(e) » sont interchangeables.

## Pension minimum au survivant pour les membres mariés ou en union de fait

---

- Selon la *Loi sur la pension de retraite des enseignants* : Régime D – 2/3 au dernier survivant
  - Vous pouvez choisir un autre régime si votre conjoint signe une autorisation sur la Demande de pension
- Selon la *Loi sur les prestations de pension* : 60% au conjoint
  - Vous pouvez choisir un régime qui prévoit un versement inférieur à 60% à votre conjoint (par exemple, régimes A, B, E, F ou H, le cas échéant) si votre conjoint remplit et envoie à la TRAF le *Formule 5A – Renonciation au droit de recevoir une pension réversible de 60%*
  - La renonciation doit être complétée et retournée à la TRAF dans les 60 jours avant la date effective de départ en retraite
- Le conjoint a la possibilité de révoquer l'autorisation et la renonciation, le cas échéant, avant le début de la pension

## Dans nos exemples

---

- Le membre et conjoint sont âgés de 55 ans
- La pension de base est de 3 500\$
- Les informations relatives à votre propre pension seront différentes de celles utilisées dans nos exemples

<sup>1</sup> Exemples présentés uniquement à des fins d'illustration. Reportez-vous toujours à vos informations de pension personnelles.

## Régime A : Vie ordinaire

---

- Il s'agit de votre pension de base
- Pension payée à vie au membre du régime
- Pension par défaut pour les membres sans conjoint
- Le(s) bénéficiaire(s) peut être n'importe qui



## Régime A : Vie ordinaire

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
B 10 ans de garantie				
B 15 ans de garantie				
C Le tout au dernier survivant				
D 2/3 au dernier survivant				
E 1/2 au dernier survivant				
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

Exclut la prestation compensatrice.

## Régime B : Garantie de 10 ou 15 ans

- Pension payée à vie au membre du régime
- Paiement garanti pour les 10 ou 15 premières années de retraite
  - Quelle que soit la date de décès
  - Le(s) bénéficiaire(s) peut être n'importe qui

## Régime B : Garantie de 10 ans

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
<b>B 10 ans de garantie</b>	<b>3 491\$</b>		<b>3 491\$</b>	<b>3 491\$*</b>
B 15 ans de garantie				
C Le tout au dernier survivant				
D 2/3 au dernier survivant				
E 1/2 au dernier survivant				
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime B : Garantie de 15 ans

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
B 10 ans de garantie	3 491\$		3 491\$	3 491\$*
<b>B 15 ans de garantie</b>	<b>3 471\$</b>		<b>3 471\$</b>	<b>3 471\$*</b>
C Le tout au dernier survivant				
D 2/3 au dernier survivant				
E 1/2 au dernier survivant				
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime C : Le tout au dernier survivant

- Pension payée à vie au membre du régime
- Au décès de l'un ou l'autre, la pension continue à être versée à vie au survivant
- Le bénéficiaire doit être le conjoint

## Régime C : Le tout au dernier survivant

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
B 10 ans de garantie	3 491\$		3 491\$	3 491\$*
B 15 ans de garantie	3 471\$		3 471\$	3 471\$*
<b>C Le tout au dernier survivant</b>	<b>3 300\$</b>		<b>3 300\$</b>	<b>3 300\$</b>
D 2/3 au dernier survivant				
E 1/2 au dernier survivant				
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime D : 2/3 au dernier survivant

- Pension payée jusqu'au décès du membre ou du conjoint
- Au décès de l'un ou l'autre, le survivant reçoit 2/3 de la pension à vie
- Choix de régime par défaut pour les membres avec conjoint
- Possibilité de choisir un autre régime si le conjoint signe une autorisation et une renonciation au moment de la retraite
- Le bénéficiaire doit être le conjoint

## Régime D : 2/3 au dernier survivant

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
B 10 ans de garantie	3 491\$		3 491\$	3 491\$*
B 15 ans de garantie	3 471\$		3 471\$	3 471\$*
C Le tout au dernier survivant	3 300\$		3 300\$	3 300\$
<b>D 2/3 au dernier survivant</b>	<b>3 440\$</b>		<b>2 293\$</b>	<b>2 293\$</b>
E 1/2 au dernier survivant				
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime E : 1/2 au dernier survivant

- Pension payée jusqu'au décès du membre ou du conjoint
- Au décès de l'un ou l'autre, le survivant reçoit la moitié de la pension à vie
- Le bénéficiaire doit être le conjoint

## Régime E : 1/2 au dernier survivant

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
	Membre du régime		Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire	3 500\$		3 500\$	0\$
B 10 ans de garantie	3 491\$		3 491\$	3 491\$*
B 15 ans de garantie	3 471\$		3 471\$	3 471\$*
C Le tout au dernier survivant	3 300\$		3 300\$	3 300\$
D 2/3 au dernier survivant	3 440\$		2 293\$	2 293\$
<b>E 1/2 au dernier survivant</b>	<b>3 514\$</b>		<b>1 757\$</b>	<b>1 757\$</b>
F 1/2 au bénéficiaire				
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime F : 1/2 au bénéficiaire

- Pension payée au membre à vie
- Au décès du membre, la pension diminue de moitié et est versée à vie au conjoint
- Au décès du conjoint, la pension ne diminue pas
- Le bénéficiaire doit être le conjoint

## Régime F : 1/2 au bénéficiaire

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
		Membre du régime	Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire		3 500\$	3 500\$	\$0
B 10 ans de garantie		3 491\$	3 491\$	3 491\$*
B 15 ans de garantie		3 471\$	3 471\$	3 471\$*
C Le tout au dernier survivant		3 300\$	3 300\$	3 300\$
D 2/3 au dernier survivant		3 440\$	2 293\$	2 293\$
E 1/2 au dernier survivant		3 514\$	1 757\$	1 757\$
<b>F 1/2 au bénéficiaire</b>		<b>3 397\$</b>	<b>3,397\$</b>	<b>1,698\$</b>
G 2/3 au bénéficiaire				

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime G : 2/3 au bénéficiaire

- Pension payée au membre à vie
- Au décès du membre, 2/3 de la pension sont versés à vie au conjoint
- Au décès du conjoint, la pension ne diminue pas
- Le bénéficiaire doit être le conjoint

## Régime G : 2/3 au bénéficiaire

Supposons que vous et votre conjoint êtes âgés de 55 ans et que votre pension de base est de 3 500\$ par mois.

Choix de régime	Au départ en retraite, payable à :		Après le premier décès, payable à :	
		Membre du régime	Membre du régime	Bénéficiaire
A Vie ordinaire		3 500\$	3 500\$	\$0
B 10 ans de garantie		3 491\$	3 491\$	3 491\$*
B 15 ans de garantie		3 471\$	3 471\$	3 471\$*
C Le tout au dernier survivant		3 300\$	3 300\$	3 300\$
D 2/3 au dernier survivant		3 440\$	2 293\$	2 293\$
E 1/2 au dernier survivant		3 514\$	1 757\$	1 757\$
F 1/2 au bénéficiaire		3 397\$	3 397\$	1 698\$
<b>G 2/3 au bénéficiaire</b>		<b>3 364\$</b>	<b>3 364\$</b>	<b>2 242\$</b>

\* Jusqu'à la fin de la période de garantie seulement. Exclut la prestation compensatrice.

## Régime H : Personnalisé

---

- Régime personnalisé correspondant mieux à vos besoins
- Exemples :
  - Modification du pourcentage payé après le premier décès. Par exemple, 80% au dernier survivant
  - Ajout d'une garantie au régime existant. Par exemple : pension versée en totalité au dernier survivant avec une garantie de 10 ans

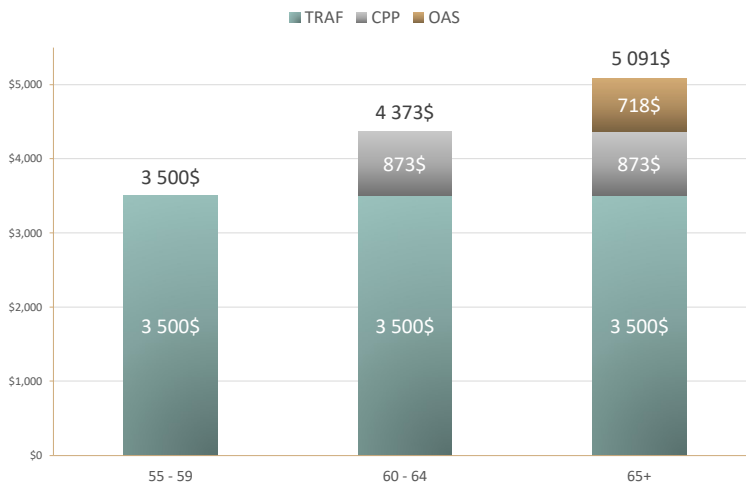
## Coordination : un choix de revenu

---

- Assure un revenu de pension plus homogène tout au long de la retraite
  - TRAF, RPC et SV
- Au départ, la pension de la TRAF augmente
- La pension de la TRAF diminue
  - À l'âge de 60 ans pour le RPC
  - À l'âge de 65 ans pour la SV



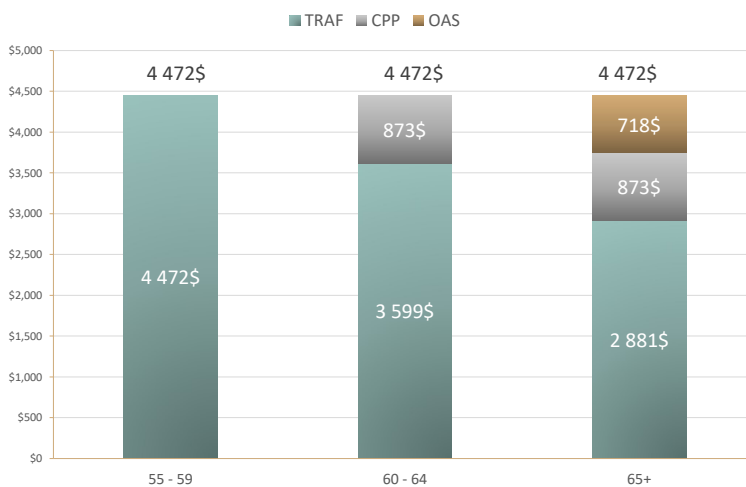
## Sans coordination



### Hypothèses :

- Vous pouvez décider de commencer le RPC de 60 à 70 ans. Dans l'illustration, le membre demande le RPC à 60 ans.
- Vous pouvez demander votre SV de 65 à 70 ans, et le montant de SV reçu peut être différent pour différentes raisons, parmi lesquelles la récupération de SV. Dans cette illustration, le membre décide de démarrer la SV à 65 ans et il a droit à une prestation de SV maximale. La SV a récemment changé pour augmenter de 10% à l'âge de 75 ans. Cette illustration ne montre pas l'impact de cette augmentation.
- Tout ajustement du coût de la vie augmenterait les montants de pension futurs. Cette illustration ne montre pas l'impact des ajustements au coût de la vie.

## Avec coordination



### Hypothèses :

- Vous pouvez décider de commencer le RPC de 60 à 70 ans. Dans l'illustration, le membre demande le RPC à 60 ans.
- Vous pouvez demander votre SV de 65 à 70 ans, et le montant de SV reçu peut être différent pour différentes raisons, parmi lesquelles la récupération de SV. Dans cette illustration, le membre décide de démarrer la SV à 65 ans et il a droit à une prestation de SV maximale. La SV a récemment changé pour augmenter de 10% à l'âge de 75 ans. Cette illustration ne montre pas l'impact de cette augmentation.
- Tout ajustement du coût de la vie augmenterait les montants de pension futurs. Cette illustration ne montre pas l'impact des ajustements au coût de la vie.

## Coordination

---

- La TRAF ne paie pas le RPC ou la SV
- Les réductions de la TRAF s'appliquent, que vous fassiez la demande ou non, ou que vous ayez droit ou non au RPC ou à la SV
  - Contactez le RPC et la SV directement au 1 800 277 9915 pour confirmer votre admissibilité
- Dans le régime D, possibilité de choisir entre coordination commune (vie des deux conjoints) ou coordination seule (vie du membre) ; dans tous les autres régimes, choix unique : coordination seule
  - Peut affecter la pension de la TRAF lors du décès du membre ou du conjoint
- Le conjoint doit signer une autorisation sur la *Demande de pension* et le *Formulaire 5B – Consentement de pension coordonnée*
- Vous ne pouvez plus changer vos choix après réception de votre premier paiement

## Demander votre pension

---

## Demander votre pension

**Une demande de pension envoyée trop tardivement entraîne des pertes de revenus car les pensions ne sont pas payées rétroactivement.**

- Il est nécessaire de vous inscrire aux Services en ligne pour envoyer la demande de pension
- Demandez à la TRAF une estimation à jour
- Résiliez le contrat avec votre employeur (sauf si vous avez 65 ans et au moins 15 ans de service admissible)
- Remplissez la *Demande de pension* en ligne et envoyez les documents requis deux ou trois mois avant le début de la pension

### Documents requis :

- Un justificatif de votre âge et de celui de votre conjoint(e), le cas échéant
  - Un certificat de naissance, de baptême, de citoyenneté, ou un passeport canadien en cours de validité
- Vos coordonnées bancaires
- Les formulaires d'impôts TD1
- Les signatures/formulaires de votre conjoint, le cas échéant

**Connectez-vous en ligne pour transmettre ces documents à la TRAF via notre plateforme en ligne sécurisée.**

## Montants déduits de votre pension

- Impôt sur le revenu
- Déductions discrétionnaires
  - Frais d'adhésion à la RTAM (*Retired Teachers' Association of Manitoba*)
  - Assurance de santé complémentaire
    - Johnson (pour les membres de la RTAM)

# Recevoir votre pension

---

## Recevoir votre pension

---

- Le premier mois peut inclure un ajustement pour cotisations manquantes ; tout excédent de cotisation est remboursé
- Changements possibles après le début de la pension :
  - Règlement de salaire impayés
  - Taux d'impôt sur le revenu ou primes d'assurance de santé complémentaire
  - Séparation (mariage ou union de fait)
  - Décès
  - Réductions pour prestation compensatrice et coordination
  - Ajustements au coût de la vie

## Ajustements au coût de la vie (ACV)

---

- Basés sur une formule définie par la *Loi sur la pension de retraite des enseignants*
- Non garantis
- Selon les prévisions de l'actuaire, la moyenne des ACV futurs devrait se situer aux alentours de 0,85% par an sur le long terme
- La Banque du Canada vise une plage d'inflation de 1% à 3% par an, et l'inflation actuelle est beaucoup plus élevée. Par conséquent, l'ACV ne devrait pas couvrir la totalité de l'inflation et il faudra vous attendre à, et prévoir, une perte de pouvoir d'achat au fil du temps.
- Basés sur la pension du régime A (quel que soit le régime choisi)
- Le bénéficiaire reçoit 2/3 de l'ACV

## Maintenez vos coordonnées à jour

---

- Des informations de contact à jour sont nécessaires pour l'envoi électronique des paiements de pension.
- Connectez-vous régulièrement à vos Services en ligne pour vérifier que votre profil de compte et vos coordonnées sont à jour.
- Une adresse de courriel à jour garantit que vous continuez à recevoir les courriels de la TRAF, comme votre premier courrier de pension, les notifications de modification de votre pension, ainsi que l'avis de disponibilité de la newsletter *L'horizon*.
- N'oubliez pas que vous n'aurez peut-être plus accès à votre adresse de courriel de la division scolaire une fois en retraite, alors pensez à utiliser une adresse de courriel personnelle.

# Événements de la vie principaux

---

## Séparation

---

- Le conjoint a droit à une partie de la valeur commuée cumulée entre la date de début de la vie commune et la date de séparation<sup>1</sup>
- La date de la séparation déterminera le montant qui peut être divisé et les choix possibles :
  - **Avant le 1<sup>er</sup> octobre 2021** : les options sont la division à 50%, la négociation de la différence nette ou pas de division.
  - **Le ou après le 1<sup>er</sup> octobre 2021**, il y a davantage de flexibilité : les options sont la division jusqu'à 50% ou pas de division.
- Une séparation peut également avoir des répercussions sur votre pension après le départ en retraite
- Contacter rapidement la TRAF afin de veiller à ce que la question soit réglée

<sup>1</sup> S'applique si vous avez rompu votre mariage le ou après le 1<sup>er</sup> janvier 1984 ou votre union de fait le ou après le 30 juin 2004. Peut s'appliquer dans d'autres situations. Veuillez contacter la TRAF pour plus de détails.

## Décès

---

### Avant le démarrage de la pension

- L'époux(se)/conjoint(e) peut renoncer à ses droits
- Désignez votre ou vos bénéficiaires via les Services en ligne
- Vérifiez votre Relevé annuel

### Après le démarrage de la pension

- La pension peut continuer à être versée, selon le régime choisi au départ en retraite
- Si la pension s'arrête, le solde des cotisations plus les intérêts jusqu'à la retraite moins le montant total de pension déjà payé sont versés au(x) bénéficiaire(s) ou à la succession
  - Vous avez la possibilité de désigner un bénéficiaire subsidiaire au moment de la retraite, et de le modifier à tout moment par la suite

## Enseigner après le départ en retraite

---

## Enseigner après le départ en retraite

---

- Les règles ne s'appliquent que si vous retournez travailler à un poste exigeant normalement que vous cotisiez à la TRAF
- Les règles ne s'appliquent pas :
  - Si vous avez au moins 65 ans **et**
  - Si vous avez 15 ans de service admissible

## Enseigner après le départ en retraite

---

### **Avant 90 jours**

- Si vous retournez enseigner dans le cadre d'un contrat dans les 90 jours (excepté pour un remplacement) :
  - Vous n'avez pas droit à la pension de la TRAF
  - Vous devez rembourser les pensions versées
  - Vous devez recommencer à cotiser à la TRAF



## Enseigner après le départ en retraite

---

### Après 90 jours

- Si vous retournez enseigner dans le cadre d'un contrat après 90 jours :
  - Vous recevez votre pension de la TRAF jusqu'à ce que vous ayez enseigné plus de 120 « journées complètes » (toutes les journées de remplacement incluses) dans l'année scolaire
    - Votre pension est ensuite suspendue à partir du 121<sup>e</sup> jour
    - Vous devez recommencer à cotiser à la TRAF
  - Au départ en retraite :
    - La pension d'origine est réactivée
    - La deuxième prestation est versée
- Veillez à bien comprendre l'impact sur votre pension, notamment en cas de coordination

## Enseigner après le départ en retraite

---

- Comptez vos jours
  - Plus de 50% égale une journée complète
  - 50% ou moins de 50% égale une demi-journée
  - Vous et la division scolaire devez comptabiliser le nombre de jours travaillés
- La TRAF peut vous demander un exemplaire de vos horaires afin de confirmer le nombre de jours, en particulier si vous travaillez à temps partiel

## Enseigner après le départ en retraite

---

### Exemples :

- Contrat à 60% – vous enseignez 3 jours sur 5 par semaine
  - Comptez chaque jour comme une journée complète
  - Vous accumulerez 120 jours à la fin du mois de juin
  - La pension reste inchangée
- Contrat à 60% – vous enseignez 60% d'une journée, chacun des 5 jours de la semaine
  - Vous comptez chaque jour comme une journée complète, puisque vous travaillez plus de la moitié de la journée
  - Vous accumulerez 120 jours dès le début du mois de mars
  - La pension est suspendue jusqu'à ce que vous arrêtiez d'enseigner
  - Vous recommencez à cotiser à la TRAF et une deuxième prestation de retraite sera calculée pour prendre en compte vos jours de service supplémentaires

## Serez-vous prêt ?

---

## Serez-vous prêt ?

---

- Avez-vous étudié les possibilités d'augmentation de votre pension ?
- Comprenez-vous les différents régimes et savez-vous quelles répercussions ils ont pour vous ?
- Savez-vous comment fonctionne la coordination ?
- Avez-vous les informations nécessaires pour prendre les meilleures décisions ?

## Nous contacter

---



**Site Internet :** [www.traf.mb.ca](http://www.traf.mb.ca)  
**Courriel :** [info@traf.mb.ca](mailto:info@traf.mb.ca)  
**Téléphone :** 204-949-0048  
**Numéro gratuit :** 800-782-0714  
**Télécopie :** 204-944-0361

**Johnston Terminal**  
**330 – 25 Forks Market Road**  
**Winnipeg, Manitoba**  
**R3C 4S8**

*Consultez le site Internet [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca) pour connaître les dernières informations et les heures d'ouverture de nos bureaux, ainsi que les samedis disponibles pour fixer un rendez-vous.*

# LISTE DE CONTRÔLE POUR LA RETRAITE

Cette liste résume toutes les étapes à suivre pour faciliter vos choix en matière de retraite.

Nous vous recommandons également de consulter d'autres professionnels à propos de votre retraite.

## DÉTERMINEZ LA DATE DE VOTRE RETRAITE

Vous devez avoir au moins 55 ans, mettre fin à votre contrat avec votre employeur (sauf si vous avez 65 ans et au moins 15 années de service admissible), puis remplir et envoyer la Demande de pension dans les délais requis.

Même si vous avez un autre emploi ailleurs et que vous cotisez à un autre régime de retraite, vous pouvez commencer votre pension de la TRAF à la date effective indiquée sur votre évaluation de pension, dans la mesure où vous avez rempli et envoyé la Demande de pension dans les délais requis.

## EXAMINEZ VOS INFORMATIONS DE PENSION PERSONNELLES EN LIGNE

Inscrivez-vous ou connectez-vous aux [Services en ligne](#) et utilisez l'outil d'évaluation de pension pour voir comment différents scénarios de type « et si » pourraient toucher votre pension. Vous pouvez également accéder aux relevés annuels, qui vous fournissent différentes estimations (ou, si votre retraite doit commencer au cours des douze mois à venir, vous pouvez aussi nous appeler pour obtenir une estimation).

## ÉVALUEZ VOS REVENUS ET VOS BESOINS

Avant de prendre des décisions à l'égard de votre retraite, vous devriez étudier divers points, comme vos principales dépenses, votre santé et votre espérance de vie et celles de votre conjoint, ainsi que le mode de vie que vous envisagez pour votre retraite.

Vous devriez en outre savoir combien vous recevrez de vos différentes sources de revenu de retraite et quand vous pouvez vous attendre à les recevoir. N'oubliez pas :

- le Régime de pensions du Canada (RPC) et la Sécurité de la vieillesse (SV) ;
- le revenu de placements personnels, tels que vos Régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER) ;
- les ventes, ou les revenus provenant d'une entreprise ou d'une propriété ;
- les revenus de votre conjoint.

## AUGMENTEZ VOTRE PENSION

Vous pouvez augmenter votre pension de la TRAF en achetant du service, en transférant du service et en passant à un calcul avec une moyenne sur cinq ans. Examinez les choix qui vous sont offerts dès que possible, car, en général, le coût augmente au fil du temps. Vous pouvez également étudier les avantages du versement de cotisations volontaires.

## RÉGLEZ LES SITUATIONS DE RUPTURE D'UNION

Si vous et votre conjoint êtes séparés, il est important de contacter rapidement la TRAF pour connaître les conséquences sur votre pension. Un retard dans le règlement de la rupture de votre union peut retarder le versement de votre pension.

Si la séparation est permanente, votre ancien conjoint peut avoir droit à jusqu'à 50% de la pension mensuelle ou de la valeur de rachat de la pension (si la pension n'a pas commencé à être versée) cumulée entre la date à laquelle la relation a commencé et la date de séparation.

Nous vous invitons à consulter un avocat pour connaître vos droits au titre du droit de la famille, ainsi qu'un conseiller financier pour connaître les conséquences d'une rupture d'union sur votre pension.

## PARTICIPEZ À UN SÉMINAIRE SUR LA RETRAITE

Si vous avez 48 ans ou plus, vous recevrez de la part de la Société des enseignants du Manitoba (MTS) une invitation à un séminaire sur la retraite. Nous vous recommandons d'assister à plusieurs séminaires avant de prendre votre retraite et de regarder les présentations numériques sur la pension de la TRAF via votre compte des [Services en ligne](#).

## RENCONTREZ UN SPÉCIALISTE DES SERVICES AUX MEMBRES

Nous vous invitons à rencontrer au moins une fois un spécialiste des services aux membres pour discuter de votre pension. Votre conjoint devrait vous accompagner, si vous en avez un.

Nous vous recommandons également de consulter d'autres professionnels, comme un conseiller financier ou un comptable, pour examiner d'autres aspects de votre retraite.

## CHOISISSEZ UN TYPE DE RÉGIME DE RETRAITE

Le choix du type de régime de retraite est une décision personnelle et dépend de votre situation. Réfléchissez soigneusement avant de prendre votre décision, car votre choix ne peut plus être modifié après le début du versement de votre pension.

## ENVISAGEZ LA COORDINATION

Vous avez la possibilité de coordonner votre pension de la TRAF avec le Régime de pensions du Canada (RPC), la Sécurité de la vieillesse (SV) ou les deux. Comme pour le choix du type de régime, votre décision ne peut être modifiée après le début du versement de votre pension.

## DEMANDEZ VOTRE PENSION DE LA TRAF

Complétez votre Demande de pension à l'aide des [Services en ligne](#) et envoyez vos formulaires d'impôts TD1, vos coordonnées bancaires ainsi que les preuves de votre âge et de celui de votre conjoint, s'il y a lieu.

Veillez à envoyer la demande et les documents requis à la TRAF au moins trois mois avant la date de départ en retraite prévue. Si votre demande est envoyée trop tardivement, vous risquez de perdre des revenus de pension, car les pensions ne sont pas payées rétroactivement.

# REVENU À LA RETRAITE

Les deux feuilles de calcul suivantes peuvent vous donner une idée générale de vos revenus actuels et des revenus que vous allez vraisemblablement recevoir à la retraite. N'oubliez pas qu'il peut être très utile de consulter un comptable ou un conseiller financier pour vous assurer que tous les aspects de la planification de votre retraite ont été pris en compte.

	REVENUS		NOTES
	Personnels	Conjoint/e	
<b>Prestations de retraite</b>			
Régime de pensions du Canada			
Régime de rentes du Québec			
Sécurité de la vieillesse			
Régime de retraite de la TRAF			
Autres régimes de retraite			
<b>Revenus de placements enregistrés</b>			
FERR (fonds enregistrés de revenu de retraite)			
Rente			
FRV (fonds de revenu viagé)			
Autres			
<b>Revenus de placements non exonérés d'impôt</b>			
Dividendes			
Revenus d'intérêts			
Revenus de location			
Rentes			
Autres			
<b>Revenus d'entreprise ou d'emploi</b>			
Salaire			
Revenu d'entreprise			
Ne comprend pas les transactions tel que : la vente de maison, les revenus provenant d'une vente de placement ou d'un prêt hypothécaire inversé.			
<b>Revenu total prévu (avant impôt)</b>	<input type="text"/>		
Moins : impôts estimés	<input type="text"/>		
<b>Revenu total prévu (après impôt)</b>	<input type="text"/>		

Mise en garde : La présente feuille sert seulement à titre de renseignement et ne s'applique pas à chaque cas. Des experts tels que des conseillers financiers ou des comptables devraient être consultés afin de vous permettre de mieux comprendre tous les aspects de votre retraite.

# DÉPENSES À LA RETRAITE

	DÉPENSES ACTUELLES	DÉPENSES À LA RETRAITE
<b>Habitation</b>		
Hypoth./loyer/charges de copropriété		
Taxe foncière		
Entretien/réparation		
Entretien du terrain		
Entretien ménager		
Ameublement		
Chauffage		
Électricité		
Eau		
Câble/télévision/satellite		
Téléphone		
Internet		
Autres		
<b>Alimentation</b>		
Épicerie		
Restaurant		
Boisson/tabac		
Autres		
<b>Santé</b>		
Frais médicaux (non assurés)		
Médicaments d'ordonnance		
Soins dentaires		
Soins de la vue		
Autres		
<b>Transport</b>		
Achat/location de véhicule		
Essence		
Assurance du véhicule		
Immatriculation		
Réparation/entretien		
Stationnement		
Transports publics		
Autres		
<b>Dépenses personnelles</b>		
Abonnement à un club de santé		
Soins personnels/cosmétiques		
Vêtements		
Nettoyage à sec/buanderie		
Autres		

	DÉPENSES ACTUELLES	DÉPENSES À LA RETRAITE
<b>Loisirs/divertissements</b>		
Vacances/voyages		
Spectacles		
Livres/journaux/revues		
Abonnements récréatifs		
Éducation		
Passe-temps		
Autres		
<b>Frais d'assurance</b>		
Assurance-maladie		
Assurance-vie		
Invalité/soins de longue durée		
Habitation		
Autres		
<b>Prêts</b>		
Prêt personnel		
Marge de crédit		
Cartes de crédit		
Autres		
<b>Économies</b>		
Contributions REER		
Épargne habituelle		
<b>Divers</b>		
Obligation alimentaire		
Cadeaux		
Dons de charité		
Animaux de compagnie		
Frais comptables/juridiques		
Autres		

Total des dépenses actuelles

Total des dépenses à la retraite

Mise en garde : La présente feuille sert seulement à titre de renseignement et ne s'applique pas à chaque cas. Vous assumez les risques associés à son usage. Des experts tels que des conseillers financiers ou des comptables devraient être consultés afin de vous permettre de mieux comprendre tous les aspects de votre retraite.

# Acronymes

ACV	Ajustements au coût de la vie
IPC	Indice des prix à la consommation
RPC	Régime de pensions du Canada
ARC	Agence du revenu du Canada
RPD	Régime de retraite à prestations déterminées
PRA	Pénalité pour retraite anticipée
CRI	Compte de retraite immobilisé
LAIPVP	Loi sur l'accès à l'information et la protection de la vie privée
ACSM	L'Association des commissions scolaires du Manitoba
MTS	La Manitoba Teachers' Society
SV	La pension de la Sécurité de la vieillesse
CRP	Compte de redressement des pensions
PP	<i>Loi sur les prestations de pension</i>
REER	Régime enregistré d'épargne-retraite
RTAM	La Retired Teachers' Association of Manitoba
PRE	<i>Loi sur la pension de retraite des enseignants</i>
MGAP	Maximum des gains annuels ouvrant droit à pension



# ADDITIONAL VOLUNTARY CONTRIBUTIONS

## INTRODUCTION

As a contributing member, you may choose to make tax-deductible additional voluntary contributions (AVCs), which are deducted by your employer from your salary. These contributions do not provide you with additional service but are rather like a separate retirement savings account, subject to certain limits.

AVCs accumulate with interest at TRAF's rate of return (which may be positive or negative). The balance in the account can be:

- Converted to an annuity at retirement (not eligible for cost of living adjustments) that supplements your TRAF pension,
- Used to purchase eligible service such as substitute service or educational leaves, or
- Withdrawn as a lump sum in cash, less withholding taxes, or transferred on a tax-deferred basis to your RRSP any time before you retire.

AVCs cannot remain in the plan once your pension benefit has been paid.

## WHAT ARE THE LIMITS?

You can make AVCs to TRAF up to the lesser of:

- 18% of your salary, or
- The Money Purchase Limit as prescribed by the *Income Tax Act*

less your pension adjustment (before AVC contribution).

Making AVCs this year will reduce your allowable RRSP contribution room next year by the same amount.

## WHY SHOULD I MAKE ADDITIONAL VOLUNTARY CONTRIBUTIONS?

Planning for your retirement is a very personal matter. AVCs are one option for increasing your retirement income.

## ADVANTAGES

- You can take advantage of TRAF's comprehensive investment program and low administrative costs.
- You participate in TRAF's investment opportunities.
- Contributions are made through payroll deduction by your employer.
- You can increase your retirement income on a tax-effective basis.

## DISADVANTAGES

(COMPARED TO AN RRSP CONTRIBUTION)

- TRAF's investment strategy is focused on the long-term funding objectives of the pension plan and may not be consistent with your investment objectives and risk tolerance.
- With an RRSP contribution, you can tailor your investments to meet your personal investment objectives and risk tolerance, particularly as you near retirement.
- RRSP contributions are available for other uses such as the Home Buyers' Plan and Lifelong Learning Plan.

## HOW DO I MAKE ADDITIONAL VOLUNTARY CONTRIBUTIONS?

AVCs are deducted from your salary up to the permitted limits under the *Income Tax Act*. You may increase, decrease or stop your payroll deduction at any time.

You will need to use the Additional Voluntary Contribution Calculator to:

- Determine the amount you can contribute, and apply to have AVCs deducted from your pay. The application form is part of the calculator.
- To apply, you must complete the application contained in the Additional Voluntary Contribution Calculator, and print, sign and submit one copy of this form to your employer's payroll office and one signed copy to TRAF.

You must reapply each calendar year. You should also review your AVC deductions during the year if you have a significant change in earnings to ensure you do not overcontribute.

The Additional Voluntary Contribution Calculator and application form are accessible on our website.

## FOR MORE INFORMATION

- Register for [Online Services](#) to access your personal account.
- Log in to your Online Services account to watch the digital presentation on Making Additional Voluntary Contributions.
- Consult with a professional advisor to determine if making AVCs is right for you.
- Log in to your Online Services account to view your annual statement. If you have made AVCs, they will be shown under the Contributions & Interest section of your statement.

# ONLINE SERVICES

## INTRODUCTION

Online Services is quick, secure and easy to use. Once registration has been processed, simply log in to your Online Services account to access your personal TRAF pension information and the features noted below.

Register at [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca) to join the thousands of members who are experiencing the benefits of Online Services.

## FEATURES FOR ACTIVE AND DEFERRED PLAN MEMBERS

Deferred plan members are former members who no longer contribute to the plan but still have contributions remaining in the plan.

- **Annual statements** – View current and past statements that include projected gross monthly pension estimates at age 55, 60 and 65, your termination benefit and pre-retirement survivor's benefit.
- **Pension estimator** – Active members only: Experiment with a variety of pension variables such as planned retirement age or date, salary and other factors to instantly see what your monthly pension amount might be if you retire between the ages of 55 and 65. You can also view amounts if you are considering integrating with CPP and/or OAS.
- **Apply for pension** – Complete your pension application online up to one year in advance. You must be registered for Online Services in order to apply for your pension. Your application must be printed, signed and uploaded using "Share Documents."
- **Share documents** – Easily share documents with us, including your pension application and other supporting documents, on our secure online platform.
- **Digital presentations** – Learn about your pension plan by reviewing recordings of digital presentations on various topics.
- **Beneficiary designation** – Designate or update your beneficiary.
- **Tax calculator** – See how much tax will be deducted from your pension whether you reside in Manitoba or in another province.
- **Newsletters and communications** – Receive news and updates from TRAF.
- **Teaching account** – View your yearly salary, service and contributions as well as purchase and transfer records.
- **Contact information update** – Keep your information updated to ensure important correspondence continues to reach you.

## FEATURES FOR RETIRED MEMBERS

- **Pension correspondence** – View documents such as your T4A and pension change notices, which are issued whenever there is a change to the amount of your pension payment.
- **Pension account** – Review your personal information, such as your selected plan option and pension history including gross amounts, deductions and your net deposits, as well as your current tax credits and accumulated cost of living adjustments (COLA).
- **Share documents** – Easily share documents with us by uploading them to our secure online platform.
- **Tax calculator** – Determine how much tax TRAF is required to withhold from your gross monthly pension.

CONTINUES ON NEXT PAGE >

- **Newsletters and communications** – Receive periodic updates from TRAF by email, including notification that *The Horizon* newsletter is available.
- **Teaching account** – View the history of your yearly salary, service and contributions as well as purchase and transfer records.
- **Contact information update** – TRAF must have your current mailing address, email and phone number in order for you to receive electronic deposit of your pension payments.

## HOW TO REGISTER

1. Visit TRAF's website at [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca) and click the "**Online Services**" button. Then, click the "**Register**" button.
2. Complete the steps and click "**Submit**" to finish your registration. It will be processed within two business days.
3. Once your registration has been processed, you will receive an email from TRAF that includes your user ID. The user ID is unique to you and cannot be changed. Save this user ID for your records, as it will be required to access Online Services.

## LOGGING IN FOR THE FIRST TIME

1. Once you've received your user ID, visit TRAF's website at [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca) and click the "**Online Services**" button. Then, click the "**Log In**" button.
2. Enter your user ID *and* password and click "**Log In.**"
3. A pop-up window will appear outlining three steps:
  - Verify your email address.
  - Set a new password.
  - Set up email for multi-factor authentication (MFA).Click "**Continue.**"
4. Verify your email address. An email will be sent to you. Open your email and copy the verification code you have received. Enter that code into the space provided. Your email address is now verified.
5. Set up a new password that follows the guidelines outlined on your screen. Click "**Confirm.**"
6. Review and accept the Terms and Conditions.
7. Set up email as your MFA method. A new email will be sent to you. Open your email and copy the new verification code you have received. Enter that code into the space provided. Your email address is now set up as your MFA method.

In addition to entering your user ID and password, you will now be asked to verify your identity through email each time you log in to Online Services for an added layer of security.

## OPTIONAL STEP

At any time, you can choose to change your MFA method.

1. Once logged in to Online Services, click "**Account Profile**" and choose the "**Multi-factor Authentication**" tab.
2. Choose one of the four options:
  - Email me.
  - Text me.
  - Call me.
  - Use my authenticator app.
3. Follow the instructions to set up a different method.

Now, each time you log in to Online Services, you will enter your user ID and password and then verify your identity through your preferred method.

If you require assistance, contact us and our Online Services support team will walk you through this process.

# SHARE DOCUMENTS WITH TRAF

## INTRODUCTION

You can easily share certain important documents with TRAF. Here's how:

All files are completely secure and can only be accessed by you and TRAF.

## STEP 1: REGISTER FOR OR LOG IN TO ONLINE SERVICES

Visit [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca) and click the "Online Services" button. Log in using your user ID and password. Or register now for access to share documents.

## STEP 2: CLICK "SHARE DOCUMENTS"

After registering and logging in, you will have access to a page called "Share Documents." Find it in the menu on the left-hand side of your screen.

We can accept PDF, PNG, JPG and JPEG files. This could include scanned images or photos taken with a camera, phone or other device.

## STEP 3: UPLOAD YOUR FILE

Click "Browse" to find the file on your computer. Add a description and then click the "Share file with TRAF" button.

You will receive an email when your file is uploaded. Please call or email us if you have any questions.

## TIPS TO ENSURE YOUR DOCUMENT GETS ACCEPTED

- Understand your document's requirements.
- Ensure all sections of the document are complete and, if required, signed and dated.
- Only share documents that have clear, legible print.
- If attaching photos of documents, ensure it is a high-quality, readable and well-lit image.
- Ensure all four corners are visible in the picture.

Ce document n'a pas force obligatoire. Il ne modifie pas les modalités du régime établies en vertu de la *Loi sur la pension de retraite des enseignants* ou d'autres dispositions législatives. La TRAF administre le régime de retraite conformément aux dispositions législatives, aux faits et aux politiques en vigueur au moment où elle prend une décision. Ces décisions peuvent être portées en appel par les membres en vertu de la Politique en matière d'appel par les membres de la TRAF, accessible à l'adresse [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca).

Ces renseignements ne sont fournis qu'à titre d'information générale.  
En cas d'erreur, d'omission ou de malentendu, la *Loi sur la pension de retraite des enseignants* et son règlement s'appliquent.



TEACHERS' RETIREMENT  
ALLOWANCES FUND

Terminal Johnston, 330 – 25 rue Forks Market  
Winnipeg, Manitoba R3C 4S8  
Téléphone : 204-949-0048 ou 1-800-782-0714  
Télécopieur : 204-944-0361  
Courriel : [info@traf.mb.ca](mailto:info@traf.mb.ca) • Site internet : [traf.mb.ca](http://traf.mb.ca)