



## Colophon

Editore:  
Dipartimento federale degli affari esteri DFAE  
**Direzione consolare**  
3003 Berna

Veste grafica:  
Comunicazione visiva DFAE, Berna

Contatto per i contenuti:  
DFAE – Direzione consolare  
tel.: +41 800 24 7 365  
e-mail: [helpline@eda.admin.ch](mailto:helpline@eda.admin.ch)

Questo opuscolo è disponibile anche in tedesco,  
francese, inglese e spagnolo.

Berna, Agosto 2023 / © DFAE



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Dipartimento federale degli  
affari esteri DFAE

# INVECCHIARE BENE ALL'ESTERO

## Prevenzione & Informazioni

# PREPARARSI BENE

**Anche se la vecchiaia sembra essere molto lontana, per viverla bene è necessario prepararsi per tempo.**

All'estero il sostegno dello Stato e i legami familiari e sociali potrebbero essere meno presenti rispetto a quelli in Svizzera. È quindi importante prendere le misure necessarie per evitare di trovarsi in situazioni difficili se l'assistenza da parte di terzi dovesse rivelarsi indispensabile o in caso di perdita di autonomia.

Ecco quindi alcuni punti da considerare, se non è già stato fatto.

## Contatto

Se non siete in grado di prendere determinate decisioni (infortunio, malattia, decesso), la vostra rappresentanza svizzera deve poter contattare una persona di riferimento.

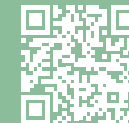
- + Ho comunicato un contatto alla mia rappresentanza?

Potete registrare questa persona sullo [sportello online DFAE](#) o annunciarla direttamente alla vostra rappresentanza. Assicuratevi di tenere aggiornata questa informazione.



## Rendite

Se avete pagato i contributi AVS in Svizzera, al momento del pensionamento le rendite ordinarie vi possono essere versate in qualsiasi luogo di residenza. In linea di massima, la Cassa svizzera di compensazione le convertirà direttamente nella valuta del Paese di residenza. È anche possibile far versare la propria rendita su un conto postale o bancario personale in Svizzera. Tutte le informazioni per richiedere una rendita di vecchiaia sono disponibili sul sito [www.zas.admin.ch](http://www.zas.admin.ch) «Rendite AVS/AI all'estero».



Se avete versato contributi a una cassa pensione in Svizzera, in linea di massima le prestazioni di previdenza professionale possono essere percepite all'estero. Per maggiori informazioni, contattate il vostro istituto di previdenza.

Comunicate immediatamente ogni cambiamento di indirizzo alla cassa di compensazione AVS e alla vostra cassa pensioni. Se avete domande sulla vostra rendita, contattate direttamente le istituzioni competenti.

## Cure

È importante chiarire i seguenti punti relativi all'assistenza sanitaria:

- + Qual è l'offerta sanitaria locale?
- + C'è personale medico con cui riesco a comunicare? Sono possibili visite a domicilio? Chi contattare in caso di urgenza?
- + Il livello delle cure disponibili è sufficiente? È possibile farsi curare in loco o è meglio tornare in Svizzera in caso di un intervento chirurgico importante?
- + In caso di predisposizione a una malattia che richiede farmaci speciali, questi ultimi sono disponibili in loco?





## Spese mediche

Le spese mediche possono aumentare con l'età, quindi è importante beneficiare di una buona copertura assicurativa contro le malattie e gli infortuni.

- + Sono affiliato a un'assicurazione contro le malattie e gli infortuni?
- + La copertura assicurativa è adeguata? In caso contrario, come pagare le eventuali spese mediche?
- + Se fosse necessario un trasporto medico in Svizzera, dispongo di un'assicurazione che copra le spese di evacuazione medica?

## Casa di riposo

Informatevi sulle opzioni disponibili nel caso in cui il vostro stato di salute non vi permettesse più di vivere in modo autonomo.

- + In cosa consiste l'assistenza alle persone anziane nel mio Paese di residenza?
- + Quali strutture locali potrebbero essere prese in considerazione?
- + È possibile visitare queste strutture?
- + Preferisco soggiornare in una struttura in Svizzera? In caso affermativo, quali sarebbero le strutture svizzere da considerare?
- + Come finanziare una tale situazione, in loco o in Svizzera?



## Direttive anticipate

Può capitare di trovarsi improvvisamente in una situazione in cui non si è in grado di esprimere le proprie volontà sulle cure mediche che si vorrebbero ricevere. In tal caso le direttive anticipate sono di grande importanza, perché consentono di definire in anticipo le misure mediche da accettare o rifiutare, di rendere note le proprie volontà ai medici, di rafforzare la propria autodeterminazione e di sgravare i propri cari dal dover prendere decisioni difficili.



Numerose associazioni propongono esempi o modelli. Sul sito [www.ch.ch](http://www.ch.ch), per esempio, potete compilare il documento scelto, datarlo e firmarlo. Consegnatelo a una persona vicina o al vostro medico di famiglia e indicate alla vostra rappresentanza dove è custodito. È possibile compilarlo a qualsiasi età e cambiare idea in ogni momento.

## Testamento

Fare testamento significa esprimere le proprie volontà in merito alla distribuzione dei propri beni.

- + Quali sono i miei beni?
- + A chi lascio i miei beni? Come assicurarsi che vadano alle persone designate?
- + Conosco le leggi sulla successione del mio Paese di residenza? Si applicano alla mia situazione?

Per saperne di più rivolgetevi a un/a avvocato o un/a notaio nel Paese di residenza. Redigete un documento secondo le regole in vigore, datatelo e firmatelo. Consegnatelo a una persona vicina o a un/a notaio e indicate alla vostra rappresentanza dove l'avete lasciato. È possibile redigerlo a qualsiasi età e cambiare idea in ogni momento.





## Decesso

Cosa succederà dopo il vostro decesso? Quali sono le vostre volontà per quanto concerne il vostro funerale?

- + Qual è la realtà locale in materia di funerale?
- + Dove desidero essere sepolto/a?
- + Chi finanzierà il mio funerale?
- + Voglio donare i miei organi?

Redigete un documento o informate una persona vicina o il medico di famiglia delle vostre ultime volontà. Potete farlo a qualsiasi età e cambiare idea in ogni momento. Comunicate alla vostra rappresentanza a chi avete espresso le vostre volontà o il luogo dove avete lasciato il documento.

## Rappresentanza svizzera

Uno dei compiti principali del DFAE è sostenere le cittadine e i cittadini svizzeri che vivono all'estero, ma questo sostegno non è assoluto e non è un diritto. Inoltre, riguarda solo i servizi che fanno parte dei compiti consolari. La rappresentanza svizzera **non** offre pertanto i seguenti servizi (elenco non esaustivo).

- + Tutte le pratiche amministrative locali (ottenimento di un titolo di soggiorno, ottenimento di aiuti locali, traduzione ecc.).
- + Ricerca di case di riposo.
- + Visite in ospedali e case di riposo.
- + Accompagnamento durante visite mediche.
- + Risposte a domande riguardanti le banche svizzere.
- + Risposte a domande riguardanti i beni immobiliari.



## Responsabilità individuale

Secondo la legge e l'ordinanza sugli Svizzeri all'estero il principio della responsabilità individuale è fondamentale. Chiunque prepari un soggiorno all'estero ne risponde in prima persona e cerca di affrontare con i propri mezzi le difficoltà che potrebbero sorgere. Ciò significa che l'aiuto della rappresentanza svizzera è sussidiario e che la protezione consolare, in particolare, non è un diritto.

È quindi vostra responsabilità fare il necessario per evitare di trovarvi in una situazione difficile e, se così fosse, trovare soluzioni da soli. È inoltre indispensabile adottare misure nel caso in cui non siate più in grado di prendere decisioni da soli.

Le procedure e le informazioni presentate in questo opuscolo vi consentono di avere tutte le carte in regola per trascorrere un nuovo periodo di vita nelle migliori condizioni possibili, limitando le vostre preoccupazioni. Inoltre, le rappresentanze svizzere restano a vostra disposizione nei limiti del quadro descritto.