

INTÉRÊTS, DIVIDENDES COMMENT DÉCLARER



DOSSIER
DE MEILLEURES RETRAITES
EN VUE

ORGANISATION
SIX IDÉES DÉTOX
AVANT L'ÉTÉ



Florence Sarrat
Directeur Gestion Privée

Le mois de mai est parsemé de célébrations : le travail, la famille, les victoires, l'élévation spirituelle et, cette année, l'Europe qui, hélas, ne semble plus être tout à fait à la fête !

Ce mois est celui de toutes les attentes, de toutes les promesses (politiques) et se trouve porteur de beaucoup d'espoirs.

Avec l'arrivée du prélèvement forfaitaire unique (PFU) ou flat tax, c'est l'heure des choix fiscaux cruciaux pour l'imposition 2019 des dividendes, intérêts et plus-values. Faut-il conserver le régime du PFU ou opter pour la taxation au barème de l'impôt sur le revenu ? Quelques explications vous éclaireront sur les décisions à prendre dans la déclaration de revenus.

Réforme des retraites : tout se passe comme si on devait naviguer à vue. Parmi les propositions annoncées par Emmanuel Macron le jeudi 25 avril, figure la revalorisation des pensions inférieures à 2.000 euros sur l'inflation au 1er janvier 2020. Une mesure complexe à instaurer.

Sur un tout autre plan, mai est signe de renouveau : c'est la période idéale pour brûler les excès de l'hiver en se lançant dans une cure détox. Remettez-vous en forme dans des séjours conçus pour se sentir bien dans son corps et dans sa tête. Nous vous proposons de découvrir des séjours avec de nouvelles sensations. Les résultats sont au rendez-vous, et vous serez surpris de découvrir une nouvelle manière de concevoir votre santé.

Un numéro pour décrypter de nouvelles mutations et pour en anticiper d'autres...

Merci pour votre confiance et bonne lecture de votre nouveau magazine !

à la une



**DIVIDENDES, INTÉRÊTS
COMMENT
DÉCLARER**

Avec l'arrivée du prélèvement forfaitaire unique (PFU) ou flat tax, c'est l'heure des choix fiscaux cruciaux pour l'imposition 2019 des dividendes et intérêts. Faut-il conserver le régime du PFU ou opter pour la taxation au barème de l'impôt ?

→ page 3

dossier



**RETRAITE
DE MEILLEURES
PENSIONS EN VUE**

Alors que les partenaires sociaux ont décidé que les pensions Agirc-Arrco seront alignées sur la hausse des prix de 2019 à 2022, Emmanuel Macron a annoncé une ré-indexation partielle des pensions de base sur l'inflation en 2020 et totale à partir de 2021.

→ page 6

lifestyle



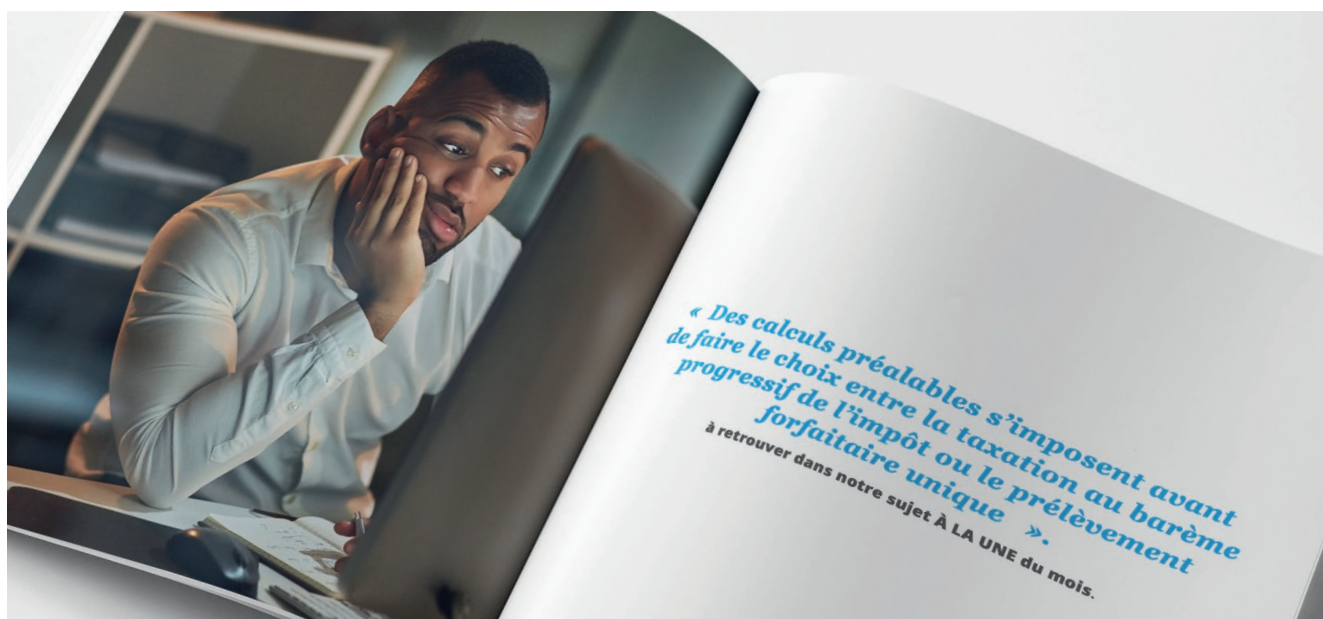
**ORGANISATION
SIX IDÉES DÉTOX
AVANT L'ÉTÉ**

Marcher dans les Alpilles, purifier son organisme en jeûnant, méditer à l'aube en regardant la mer ou le désert marocain... Nombre d'escapades "détox" sont organisées mêlant dépaysement, hébergement confortable et activités sportives et spirituelles.

→ page 9

vosre patrimoine

→ page 11





à la une

INTÉRÊTS, DIVIDENDES COMMENT DÉCLARER

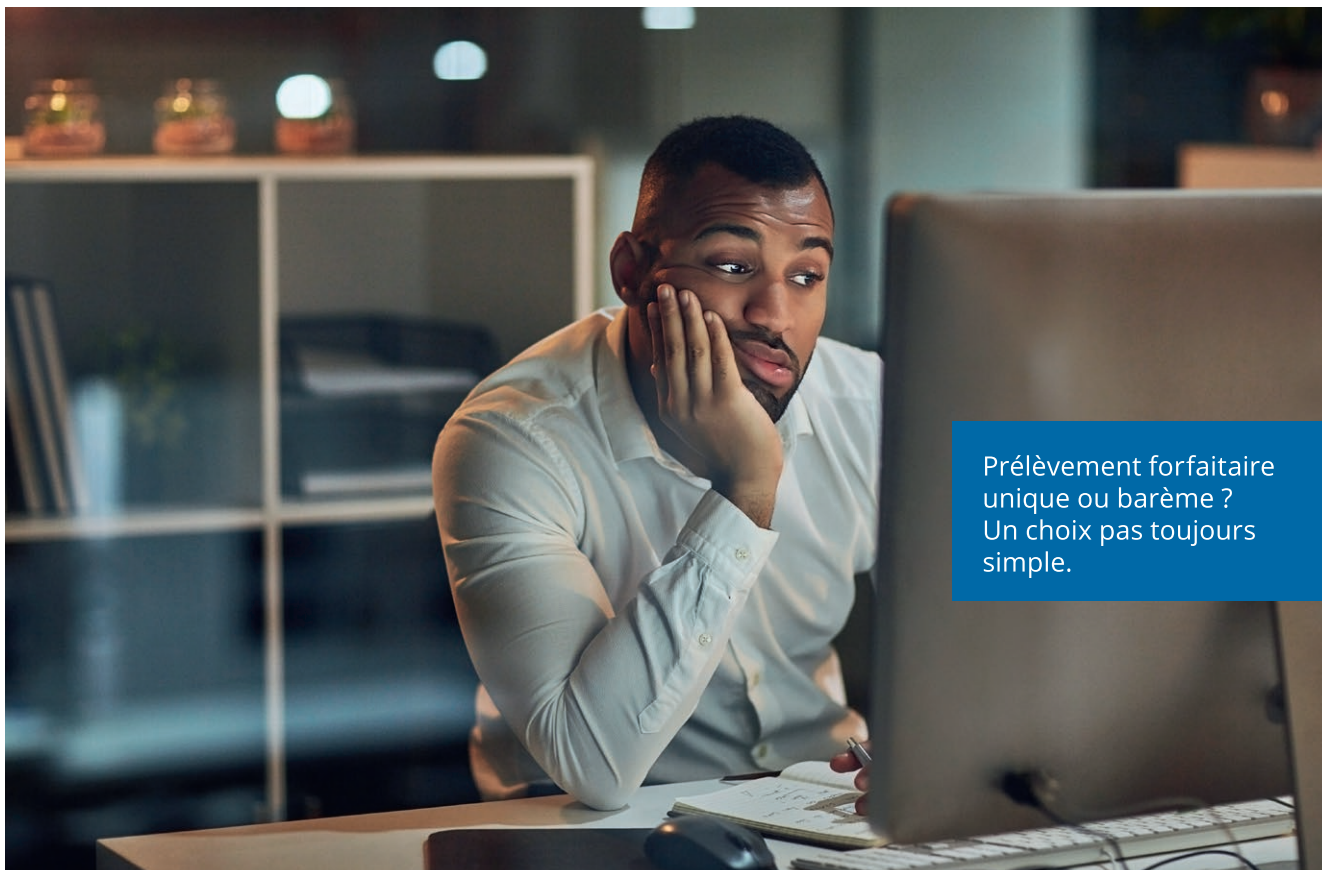
Avec l'arrivée du prélèvement forfaitaire unique (PFU) ou flat tax, c'est l'heure des choix fiscaux cruciaux pour l'imposition 2019 des dividendes et intérêts. Faut-il conserver le régime du PFU ou opter pour la taxation au barème de l'impôt ?

Déclarer aux impôts vos revenus et gains financiers perçus en 2018 n'est pas toujours simple, malgré l'entrée en vigueur de la *flat tax*. L'année 2019 marque, en effet, un grand changement pour l'imposition des intérêts, dividendes et plus-values depuis que le prélèvement forfaitaire unique (PFU) de 30% sur les revenus du capital s'applique.

Avant de détailler les modalités déclaratives, il convient d'énoncer quelques principes régissant le fonctionnement de l'imposition des revenus au prélèvement forfaitaire unique. Un mot d'abord sur l'année blanche fiscale et l'annulation de l'impôt sur les revenus récurrents qui en découle : les

revenus visés par le PFU ne sont pas concernés par l'annulation de l'impôt 2019 sur les revenus non exceptionnels de 2018 dans le cadre de l'année blanche fiscale. Plus généralement, si l'imposition au PFU constitue désormais le régime fiscal par défaut, il est possible d'opter pour un autre mode d'imposition s'il est plus intéressant pour le contribuable au moment du calcul de l'impôt : l'imposition au barème de l'impôt sur le revenu (selon la tranche d'imposition), en conservant le bénéfice de l'abattement de 40% sur les dividendes. Ces nouvelles dispositions sont, bien sûr, prises en compte dans la déclaration de revenus.





Prélèvement forfaitaire unique ou barème ? Un choix pas toujours simple.

Pour opter pour l'imposition des dividendes au barème progressif, il faut cocher la case 2OP « Vous optez pour l'imposition au barème de l'ensemble de vos revenus de capitaux mobiliers et de vos gains de cession de valeurs mobilières ». Attention, cocher cette case implique de soumettre l'ensemble de ses revenus financiers au barème de l'impôt, ce qui n'est pas systématiquement pertinent. Il est donc indispensable d'effectuer des calculs préalables avec l'aide d'un conseiller (avocat fiscaliste, expert-comptable, conseil en gestion de patrimoine).

DÉCLARATION DES INTÉRÊTS BANCAIRES

Commençons par le plus facile. Les intérêts des livrets bancaires imposables sont à déclarer case 2TR intitulée « Intérêts et autres produits de placement à revenu fixe ». La case n'a pas changé par rapport aux années précédentes. Seul le mode d'imposition qui sera appliqué *in fine* est modifié par rapport à l'an passé : le PFU plutôt que le barème de l'impôt, sauf option pour ce dernier. Outre les livrets, d'autres comptes d'épargne sont concernés tels que les intérêts des comptes courants rémunérés, des comptes à terme, des prêts consentis entre particuliers, des PEL de plus de douze ans ouverts avant 2018 et de tous les PEL ouverts depuis le 1^{er} janvier 2018.

DÉCLARATION DES DIVIDENDES

Les dividendes perçus en 2018 sont à déclarer case 2DC (ligne « Revenus des actions et parts). Par défaut, ces dividendes seront taxés à 12,8% et 30% au global, prélèvements sociaux de 17,2% inclus. Dans ce cadre, les revenus distribués sont imposables sans abattement fiscal (base de calcul = 100% du dividende versé).

Avant la déclaration de revenus et le choix du mode d'imposition définitif, les dividendes versés préalablement en 2018 ont été soumis à un acompte nommé prélèvement forfaitaire obligatoire non libératoire (PFONL ou PFNL) au taux de 12,8% au moment du versement, sauf cas de dispense. C'est la somme versée avant application de cet acompte qu'il faut inscrire case 2DC.

« Par défaut, les dividendes perçus en 2018 seront taxés à 12,8% et 30% au global, prélèvements sociaux de 17,2% inclus ».

Il est cependant possible de déroger à l'application de la *flat tax* et de bénéficier de l'abattement fiscal sur les dividendes. En cas d'option pour l'imposition au barème de l'IR, les revenus distribués par les sociétés font l'objet d'un abattement forfaitaire de 40%. Il s'agit de dividendes octroyés par des entreprises passibles, de plein droit ou sur option, de l'impôt sur les sociétés (IS) ou d'un impôt équivalent lorsque l'entreprise est établie hors de France. Dans ce dernier cas, seules les sociétés établies au sein de l'Union européenne ou dans un pays ayant conclu une convention fiscale avec la France sont éligibles. Les dividendes perçus via des organismes de placement collectif (OPC) ou assimilés sont également éligibles à l'abattement de 40% dans les mêmes conditions.

Cet abattement fiscal est calculé automatiquement par l'administration fiscale dès lors que l'option pour l'imposition des dividendes au barème progressif a été choisie. Il n'y a qu'une seule démarche à faire : cocher la case 2OP. Une fois la déduction opérée, le montant obtenu est ajouté à votre revenu net imposable et soumis au barème de l'impôt sur le revenu.

Même en cas d'option pour l'imposition au barème de l'impôt, il convient de renseigner le montant des dividendes case 2DC. En principe, les montants correspondants sont préremplis par l'administration fiscale, sur la base des informations fournies par l'établissement payeur. Mieux vaut vérifier qu'il s'agit des bons montants en consultant l'imprimé fiscal unique (IFU) envoyé par la banque ou l'intermédiaire financier en début d'année.

Attention, il ne faut pas déclarer le montant effectivement perçu (qui a, sauf exception, déjà fait l'objet de prélèvements par voie d'acompte), mais le montant versé par la société distributrice soumise à l'IS. Ensuite, il ne faut pas oublier de cocher la case 2OP (option pour l'imposition au barème) et de reporter le montant inscrit sur la ligne 2DC en case 2BH pour le calcul de la CSG déductible des revenus. Ce calcul est réalisé par le fisc pour déterminer la CSG déductible du revenu global dans la déclaration de revenus de l'année prochaine. L'inscription dans cette case permet aussi d'exclure les dividendes de la base de calcul des prélèvements sociaux, puisque ces derniers ont déjà fait l'objet d'une retenue à la source.

Il est également nécessaire de vérifier - et corriger, le cas échéant - le montant indiqué en case 2CK. Il correspond au prélèvement forfaitaire non libératoire de 12,8% (ou acompte d'impôt) déjà acquitté en 2018 et donne droit à un crédit d'impôt (« Crédit d'impôt égal au prélèvement forfaitaire non libératoire effectué en 2018 »). Les frais et charges supportés pour la détention des titres, comme les droits de garde des titres, doivent être indiqués en case 2CA. Ils seront déduits automatiquement.

FLAT TAX OU BARÈME, QUE CHOISIR ?

Comment choisir entre imposition au barème progressif de l'impôt sur le revenu et à la *flat tax* ? Des calculs s'imposent. L'exemple ci-dessous permet de discerner la mécanique à l'œuvre pour une personne percevant 50.000 euros de salaires et 15.000 euros de dividendes.

Les principes restent les mêmes pour chacun mais les situations, la nature des revenus et les montants différeront nécessairement d'un contribuable à l'autre.

Dividende au PFU

Revenu net imposable soumis au barème :
45.000 euros (salaires, après déduction de 10%)
Impôt brut au barème de l'IR : 7.702 euros
Impôt proportionnel sur les dividendes (12,8% de *flat tax*) : 1.920 euros
Impôt total avant effet de l'année blanche fiscale : 9.622 euros
Crédit d'impôt modernisation du recouvrement (effacement de l'impôt sur le revenu) : 7.702 euros
Impôt sur le revenu net : 1.920 euros
Prélèvements sociaux : 2.580 euros

Dividende au barème de l'impôt

Revenu net imposable soumis au barème :
54.000 euros (dont salaires 45.000 euros + dividendes 9.000 euros)
Impôt brut au barème de l'IR : 10.402 euros
Impôt total avant effet de l'année blanche fiscale : 10.402 euros
Crédit d'impôt modernisation du recouvrement (effacement de l'impôt sur le revenu) : 8.668 euros
Impôt sur le revenu net : 1.734 euros
Prélèvements sociaux : 2.580 euros



Vérifiez toujours les montants des dividendes sur votre déclaration de revenus.

Dans l'exemple ci-dessus, l'imposition au barème est plus favorable ; mais dans une autre situation, le PFU aurait pu être plus avantageuse. ■

Dispense de prélèvement forfaitaire non libératoire

Sur demande et sous conditions de revenus, il est possible de demander à ne pas payer le prélèvement forfaitaire non libératoire réglé sous forme d'acompte prélevé à la source au moment de la perception des revenus. Seuls les contribuables dont le revenu fiscal de référence (RFR) ne dépasse pas 25.000 euros (pour une personne seule) ou 50.000 euros (couple soumis à imposition commune) sont éligibles à cette dispense (ces seuils sont majorés respectivement à 50.000 et 75.000 euros pour les

dividendes). La demande doit être remise à votre établissement bancaire avant le 30 novembre de l'année d'imposition : pour la déclaration 2019, il fallait la déposer le vendredi 30 novembre 2018 au plus tard. Cela implique un minimum d'anticipation, d'autant que la dispense n'est pas reconduite d'une année sur l'autre par l'administration fiscale : il faut faire une nouvelle demande chaque année si vous souhaitez renouveler cette option et que vous y êtes toujours éligible.



dossier

RETRAITE DE MEILLEURES PENSIONS EN VUE

Alors que les partenaires sociaux ont décidé que les pensions Agirc-Arrco seront alignées sur la hausse des prix de 2019 à 2022, Emmanuel Macron a annoncé une ré-indexation partielle des pensions de base sur l'inflation en 2020 et totale à partir de 2021.

Les bonnes nouvelles s'accumulent pour les retraités. Les partenaires sociaux ont décidé, le 5 avril dernier, que les retraites complémentaires Agirc-Arrco des salariés du secteur privé seront revalorisées au niveau de la hausse des prix à la consommation pour les années 2019, 2020, 2021 et 2022. Vingt jours plus tard, c'était au tour d'Emmanuel Macron d'annoncer, à l'occasion de la conférence de presse organisée à l'Élysée à l'issue du grand débat national, une ré-indexation au niveau de l'inflation des pensions de base en 2020 pour les retraités disposant d'une retraite globale inférieure à 2.000 euros par mois, et pour l'ensemble des retraités à compter de 2021.

Deux annonces qui vont faire du bien au portefeuille des seniors, malmené ces dernières années. Pour bien comprendre ce qui se joue ici, il faut rappeler tout d'abord le principe de la revalorisation annuelle des retraites. Ce mécanisme vise à répercuter sur le montant des pensions la hausse des prix à la consommation (hors tabac) afin d'éviter aux retraités de perdre en pouvoir d'achat. L'indexation porte sur les retraites de base et sur les retraites complémentaires, mais avec un calendrier et des modes de revalorisation différents.

DES DOUBLES HAUSSES ET DES GELS

Depuis les débuts de la Sécurité sociale, les pen-

sions de base ont bénéficié d'une augmentation presque tous les ans. C'est seulement sur la période récente que les retraités ont subi un gel de leur retraite (une absence de revalorisation), en 2014 et en 2016, sous le quinquennat de François Hollande. À l'inverse, certaines années ont connu plusieurs hausses successives. C'était même la règle pendant presque 20 ans, de 1974 à 1992, lorsque Valéry Giscard d'Estaing et François Mitterrand étaient présidents. La revalorisation de la retraite de base intervenait alors deux fois par an.

Avant la loi Balladur de 1993, les pensions de base étaient revalorisées non pas sur la hausse des prix, mais sur celle des salaires. Une nouvelle base d'indexation moins favorable, sachant que les rémunérations augmentent généralement plus vite que l'inflation. Appliquée d'abord uniquement sur les pensions de base du secteur privé (salariés, salariés et exploitants agricoles, artisans, commerçants, chefs d'entreprise et professions libérales), elle a été étendue aux retraites des fonctionnaires par la loi Fillon de 2003 et à celles des agents des régimes dits « spéciaux » (EDF, SNCF, RATP, Banque de France, Opéra de Paris...) par la réforme de 2008.

L'ensemble des pensions de base sont aujourd'hui revalorisées par rapport à la hausse des prix, à l'exception notable de celles des avocats. Pour les régimes de retraite complémentaires dont le conseil d'administration est décisionnaire, plusieurs paramètres peuvent être pris en compte, comme l'inflation, la hausse des salaires, la croissance économique, le ratio entre cotisants et retraités ou le niveau des réserves financières.

LES CONJOINTS SURVIVANTS CONCERNÉS

Le dispositif de revalorisation annuelle s'applique aussi bien aux retraités de droit direct que de droit indirect, c'est-à-dire aux veufs et veuves qui perçoivent, au décès de leur conjoint, une fraction de leur retraite, ce que l'on appelle la « pension de réversion ». Les bénéficiaires de l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa), qui remplace depuis 2006 le minimum vieillesse, se voient également appliquer une revalorisation. Comme promis par Emmanuel Macron lors de la campagne présidentielle, l'Aspa va bénéficier de trois « coups de pouce » exceptionnels (dont deux sont déjà entrés en vigueur le 1er avril 2018 et le 1er janvier 2019), afin d'augmenter le montant de l'allocation de 100 euros pour le

Le portefeuille des seniors a été malmené ces dernières années.



porter à 903 euros par mois en 2020.

De 2015 à 2017, la date de revalorisation annuelle des retraites de base a été instaurée au 1^{er} octobre (au 1^{er} avril avant 2015). Depuis 2018, l'indexation a lieu le 1^{er} janvier. Ainsi, la dernière revalorisation des pensions de base a eu lieu le 1^{er} janvier 2019. Les pensions complémentaires Agirc-Arrco étaient, jusqu'il y a peu, revalorisées le 1^{er} avril. L'accord signé le 30 octobre 2015 par le patronat et les syndicats, gestionnaires des deux régimes qui ont fusionné le 1^{er} janvier 2019, a repoussé l'indexation de la valeur de service du point au 1^{er} novembre. La revalorisation des retraites complémentaires des exploitants agricoles, des professions libérales (y compris des avocats) et des agents non titulaires de la fonction publique (vacataires et contractuels) a lieu le 1^{er} janvier.

DES SOUS-INDEXATIONS EN CHAÎNE

Compte tenu de la croissance économique plus faible que prévu et de la volonté de Paris de rester sous la barre des 3% de déficit public imposée par Bruxelles, la loi de financement de la Sécurité sociale (LFSS) pour 2019 a instauré une moindre revalorisation de certaines prestations. C'est le cas des retraites de base qui ont été revalorisées de seulement 0,3% au 1^{er} janvier, soit un niveau inférieur à l'inflation. La désindexation devait également être mise en place en 2020, mais le Conseil constitutionnel a rejeté la mesure au motif que la LFSS 2019 ne pouvait pas s'appliquer sur une disposition pour 2020. Le gouvernement avait à l'époque déclaré qu'il réintroduirait la revalorisation à 0,3% dans

la LFSS 2020. L'annonce du 25 avril d'Emmanuel Macron remet en cause ce scénario.

Du côté des retraites complémentaires, les pensions Agirc-Arrco ont été revalorisées de 0,6% au 1^{er} novembre 2018. En effet, l'accord paritaire du 30 octobre 2015 a prévu une sous-indexation (déjà mise en place en 2014 et 2015) des pensions complémentaires de 1 point par rapport à l'inflation pour les années 2016, 2017 et 2018, en vue de réduire les déficits des deux régimes complémentaires. La hausse des prix à la consommation s'étant élevée à 1,6% en 2018, la revalorisation des retraites Arrco et Agirc a atteint seulement 0,6% au 1^{er} novembre.

Il s'agissait, en fait, de la première augmentation des retraites complémentaires des salariés depuis 2014 car l'inflation était jusqu'ici inférieure ou égale à 1%. Reste que, comme l'indexation de 2018 s'est située en deçà de la hausse des prix, les retraités ont perdu là aussi en pouvoir d'achat. Une situation qu'ils ne pourront plus à subir jusqu'en 2022 à la suite de la décision prise le 5 avril par les partenaires sociaux. ■



Depuis 2018, l'indexation des retraites de base a lieu chaque 1^{er} janvier.

Taux négatif interdit pour les retraites de base

La loi de financement de la Sécurité sociale (LFSS) pour 2016 a introduit un « bouclier » pour les retraites de base. Même en cas de déflation, c'est-à-dire de baisse des prix, la revalorisation des pensions de base ne peut plus désormais être légalement négative. Le taux d'indexation ne peut ainsi être inférieur à 0%. Cette garantie s'inspire de la clause dite « de sauvegarde » prévue dans l'accord paritaire Agirc-Arrco du 13 mars 2013.

Si l'inflation ressortait en deçà de 1% alors que l'accord avait mis en place une sous-indexation de 1 point des pensions complémentaires, la revalorisation ne pouvait pas, là non plus, être négative. Ce plancher a également été inscrit dans l'accord du 30 octobre 2015 qui a instauré notamment la fusion, effective depuis le 1^{er} janvier 2019, de l'Arrco et de l'Agirc.

Majoration possible des retraites complémentaires

Toujours le 5 avril 2019, les partenaires sociaux, gestionnaires de l'Agirc-Arrco, ont décidé que si les réserves financières du régime de retraite complémentaire excédaient l'équivalent de six mois de prestations à verser (par exemple, sous l'effet de la baisse du chômage ou de placements sur les marchés financiers plus lucratifs que prévu), le conseil

d'administration pouvait, sans avoir besoin de consulter les représentants du patronat et des syndicats, majorer le taux d'indexation de 0,1 point par an. Les retraites complémentaires des salariés pourraient ainsi potentiellement bénéficier d'un surplus de revalorisation de 0,4 point entre 2019 et 2022

lifestyle

ORGANISATION SIX SÉJOURS DÉTOX AVANT L'ÉTÉ



De plus en plus de séjours promettant l'apaisement du corps et de l'esprit sont proposés en France, mais aussi à l'étranger. Pour que longs week-ends rime avec détox et méditation...

Marcher dans les Alpilles, améliorer son Tadasana en yoga, purifier son organisme en jeûnant, méditer à l'aube en regardant la mer ou le désert marocain... De nombreuses escapades "détox" sont organisées, mêlant dépaysement, hébergement confortable et activités sportives et spirituelles. Ou comment se ressourcer loin du tumulte et du wifi. Voici six exemples de séjours.

► 1 - LA PENSÉE SAUVAGE

Arbres centenaires, vue époustouflante sur les contreforts du Vercors, chambres orientées plein sud et baignées de lumière... Le cadre du centre « Origine » est propice à la méditation. Entourés de naturopathes professionnels, de praticiens en médecine chinoise, d'infirmières, d'ostéopathes, d'accompagnateurs en moyenne montagne, de professeurs de yoga, de praticiens pour les soins, de cuisiniers, les pensionnaires sont accompagnés avant, pendant et après leur cure, de façon à vivre une expérience inédite qui


sera durablement profitable. Quatre formats de cure sont proposés : détox Jeûne à partir de 1.400 euros, Douceur à partir de 1.600 euros, Végétale à partir de 1.800 euros et Gourmande à partir de 1.900 euros. À noter que La Pensée Sauvage propose également des séjours à Ibiza, en Corse, en Suisse, ou encore des escapades itinérantes dans le Vercors.

www.lapenseesauvage.com

► 2 - LA CURE « NATUREL EN SOI » EN ALSACE

Des prix doux pour ce séjour dans le domaine de Dorshbach, situé entre Colmar et Munster. Un lieu magique isolé au cœur de la forêt. Rien de tel pour se ressourcer et faire le plein d'énergie. Au programme : sauna, gym énergétique, yoga, promenades en forêt, tout cela rythmé par la prise de bouillons et jus détox. L'organisme propose également des séjours à la Clusaz, en Savoie, avec des formules plus sportives. De 350 à 600 euros.

www.naturelensoi.fr

A person is seen from behind, sitting in a meditative lotus position on a rocky mountain peak. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow and long shadows across the landscape. The person's hands are resting on their knees in a mudra. The background shows rolling hills and mountains under a sky with soft, wispy clouds.

Et si vous vous reconnectiez
avec votre moi intérieur ?

3 - LES MERVEILLES

Des « voyages d'exploration intérieure », telle est la promesse des Merveilles. L'organisme propose des retraites méditatives autour de la pratique du yoga, dans des lieux d'exception (les tarifs sont à l'avenant) : Formentera, Sardaigne, Var, Toscane, etc. Chaque séjour a sa propre thématique : yoga Kundalini, Ayurveda, pleine conscience, etc. Des échappées belles confortables et luxueuses, avec à la clé une plus grande connexion à son moi intérieur et une capacité à renouer avec ses pulsions créatives, expliquent les organisatrices. De 1.000 à 3.000 euros environ le séjour, en fonction des destinations et des cures, sans transport.

www.lesmerveilles.fr

4 - CLAIRIÈRE ET CANOPÉE

Détox plaisir dans les Baronnies, en Drôme provençale. Logés dans une des chambres du domaine de la ferme Fortia, ou dans une cabane perchée, les pensionnaires ont accès à un spa d'exception, mais aussi à des séances de yoga, de méditation et de massages. Randonnées, cours de cuisine santé ou encore ateliers autour de l'alimentation et du bien-être, jalonnent le séjour. Clairière et Canopée propose d'autres retraites, à Fontainebleau, dans les Landes ou encore en Corse, à chaque fois dans des environnements préservés. Les tarifs varient en fonction des séjours, allant de 1.600 à 2.400 euros la semaine, sans le transport.

www.clairiereetcanopee.com

5 - LA MAISON DU JEÛNE

A St Cannat, près d'Aix en Provence, dans une nature propice au calme et à la relaxation, La Maison du Jeûne accueille ses pensionnaires pour des séjours de jeûne au cœur la Provence. Au programme : du jeûne, bien sûr, de la randonnée sur terrain plat à 95%, des moments de détente, des ateliers tous les jours (Yoga, Qi Gong...), du bien-être grâce à l'espace « Hammam, sauna, spa » et la gamme de soins spécialisés et professionnels. Le principe repose sur une maxime : tout est proposé, rien n'est imposé, qu'il s'agisse des conférences, des randonnées ou des cours de yoga. Les repas consistent en une prise de bouillons de légumes filtrés exclusivement. Autour de 550 euros la cure, sans le transport.

www.lamaisondujeune.com

6 - SURF ET YOGA AU MAROC

Pour ceux qui ne parviennent pas à choisir entre besoin de méditation et soif d'adrénaline, Surmaroc propose de conjuguer les deux, dans une villa tranquille qui surplombe le littoral marocain, à Aourir. Adaptés à tous les niveaux, les cours de yoga sont organisés dans un shala qui se trouve sur le toit, offrant ainsi une merveilleuse vue sur l'Océan. Il y est proposé de travailler sur sa force tant physique que mentale, deux compétences essentielles aux surfeurs, grâce à un mélange d'Ashtanga et de Vinyasa dynamiques et de Yoga Hatha et Restorative plus apaisants. À quarante minutes d'Agadir, ville desservie depuis la plupart des grandes villes européennes. Autour de 500 euros la semaine, sans le transport.

www.surfmaroc.com

• **Impôts**

Seuil effectif d'imposition <small>personne seule sans enfant (revenus 2018 imposables en 2019)</small>		Plafonnement des niches fiscales	
<small>revenu déclaré</small> 16.497 €	<small>revenu net imposable</small> 14.847 €	10.000 €	18.000 €

• **Emploi**

Smic : 10,03 € <small>(Taux horaire brut au 1^{er} janvier 2019)</small>	Inflation : +1,2% <small>Prix à la consommation (INSEE) hors tabac sur un an (avril 2019)</small>
RSA : 550,93 € <small>(Revenu de Solidarité Active personne seule sans enfant)</small>	Emploi : 8,8% <small>Taux de chômage (BIT, France Métropolitaine) au 4^{ème} trimestre 2018</small>

• **Épargne**

Livret A et Livret Bleu (Depuis le 1 ^{er} août 2015)	
Taux de rémunération : 0,75%	Plafond : 22.950 €
PEL	PEA
Taux de rémunération : 1% <small>(brut hors prime d'épargne) depuis le 1^{er} août 2016</small>	Plafond : 150.000 € <small>au 1^{er} janvier 2014</small>
Assurance vie : 1,6% (FFA) Rendement fonds euros (moyenne 2018)	

• **Retraite**

Âge légal : 62 ans (ouverture du droit à pension si né(e) en 1955)	
Point retraite au 1 ^{er} novembre 2018	
AGIRC : 0,4378 €	ARRCO : 1,2588 €

• **Immobilier**

Loyer : 129,38 points (+1,70%) <small>Indice de référence (IRL) 1^{er} trimestre 2019</small>	Loyer au m² : 12,80 € <small>France entière (Clameur mars 2019)</small>
Prix moyen des logements au m² (avril 2019 baromètre LPI-Seloger)	
dans le neuf : 4.361 €	dans l'ancien : 3.427 €
Prix moyen du mètre carré à Paris : 10.196 € (avril 2019 baromètre LPI-Seloger)	
Taux d'emprunt sur 20 ans : 1,45% (7 mai 2019 - Empruntis)	

• **Taux d'intérêt légal** (1^{er} semestre 2019)

Taux légal des créances des particuliers : 3,40%	Taux légal des créances des professionnels : 0,86%
---	---

• **Seuils de l'usure Prêts immobiliers**

Prêts à taux fixe : 2,73% (moins de 10 ans) 2,77% (10 à 20 ans) 2,96% (plus de 20 ans)	Prêts à taux variable : 2,45%
Prêts-relais : 3,20%	

• **Seuils de l'usure Prêts à la consommation**

Montant inférieur à 3.000 € : 21,11%
Montant compris entre 3.000 et 6.000 € : 12,60%
Montant supérieur à 6.000 € : 6,08%

. IDAM



www.id-am.fr

83, boulevard Malesherbes
75008 PARIS
Florence Sarrat
+33 (0)1 80 48 80 36
+33 (0)6 72 21 74 06
fsarrat@id-am.fr

Avertissement

IDAM est une société de gestion de portefeuille agréée par l'AMF sous le n° GP-17000023, dont le siège social est sis au 83, Boulevard Malesherbes, 75008 Paris. Le Mag IDAM ne peut être reproduit, communiqué, ou publié, en totalité ou en partie, sans l'autorisation préalable et écrite de IDAM. Le Mag IDAM est un magazine d'informations générales. Il ne délivre ni conseil en investissement, ni sollicitation à la souscription de supports d'investissement, Il ne constitue en aucune manière un engagement contractuel ou pré-contractuel de la société IDAM. Le Mag IDAM n'a pas pour but de fournir et ne sert pas à fournir des conseils d'ordre comptable, juridique ou fiscal ou des recommandations d'investissement. Les informations ou analyses contenues dans ce document, notamment les informations chiffrées, sont issues en partie de sources externes considérées comme dignes de foi.