

# 10大方法为退休做准备



退休后的财务保障并不是说有就有的它需要计划和决心，当然，还有金钱的投入。

## 事实

- 只有大约一半的美国人计算过需要为退休储蓄多少钱。
- 在2022年，有条件参与退休储蓄计划（如401(k)计划）的私营行业雇员中有超过四分之一没有参加。
- 美国人退休后的时间平均大约为20年。

为退休储蓄是一个我们都可以接受的习惯。

## 请记住..... 储蓄很重要!

### 1. 开始储蓄，坚持储蓄，坚持您的目标

如果您已经在储蓄，不管是为退休还是其他目标，请继续下去！储蓄是一种有益的习惯，您知道的。如果您没有储蓄，现在是时候开始了。如果有必要，就从小额储蓄开始，并尝试增加每月的储蓄金额。越早开始储蓄，您的钱就有越多的时间来增值（见下图）。为退休储蓄应该成为您的优先事项。可以制定一个计划，然后坚持下去，并设定目标。记住，开始储蓄永远不会太早或太晚。

### 2. 了解您的退休需求

退休是昂贵的。专家估计，要想维持您在停止工作时的生活水平，您将需要退休前收入的70%到至90%。您需要掌握您的财务未来。为了获得有保障的退休生活，关键是要提前进行规划。您可以先开始阅读《健康的储蓄：您的资金与财务未来指南》，以及为接近退休的人们准备的《*Taking the Mystery Out of Retirement Planning*》。（请查看背页以索取。）

### 3. 向雇主的退休储蓄计划供款

如果您的雇主提供401(k)计划或其他退休储蓄计划，请立即加入并尽您所能多供款。您的应缴税额会降低，您的公司可能会提供更多的资金，而且自动扣划也很方便。随着时间的推移，您可以积攒出的资金会因为复利和税收递延而有很大的不同。了解您的计划详情，例如，您的供款需要达到多少才能得到雇主的全额供款，您加入该计划的时间需要达到多久才能得到这笔钱。

## 尽早开始储蓄的好处

现在就开始吧！本图表显示了在每年储蓄 6,500美元、年收益率为7%的情况下，您的投入在5年、15年、25年和35年后会积累到多少。



# 10大方法为退休做准备



#### 4. 了解雇主的养老金计划

如果您的雇主有传统的养老金计划，您需要了解您是否在该计划的范围内，以及它是如何运作的。您可索取一份个人福利表，看看您的福利价值是多少。您在换工作之前，要了解您的养老金福利会怎么样。了解您可能从前雇主那里获得哪些福利。了解您是否有权从您配偶的计划中获得福利。欲了解更多信息，请索取《退休计划须知》。（更多信息请见 背页。）

#### 5. 考虑基本的投资原则

您的储蓄方式与您的储蓄额度一样重要。通货膨胀和您所做的投资类型对您在退休时有多少积蓄起着重要作用。了解您的储蓄计划或养老金计划是如何投资的。了解您的计划的投资选项并提出问题。把您的积蓄分散到不同类型的投资中。通过这种多样化的方式，您更有可能降低风险，提高回报。您的投资组合可以随着时间的推移而改变，这取决于您的年龄、目标和财务状况等多种因素。财务保障和财务知识是相辅相成的。

#### 6. 不要动用您的退休储蓄

如果您现在提取退休储蓄，您将失去本金和利息，您可能会失去税收优惠，或必须支付提款罚款。如果您更换工作，保持在您目前的退休计划中投资的储蓄不变，或者将它们转到一个IRA账户或新雇主的计划中。

#### 7. 要求您的雇主建立计划

如果您的雇主没有提供退休计划，建议它建立一个。有许多退休储蓄计划可供选择。您的雇主可以建立一个对您们双方都有帮助的简版计划。要了解更多信息，请索取《*Choosing a Retirement Solution for Your Small Business*》。（更多信息请见背页。）

#### 8. 把钱存入个人退休账户

您每年最多可以向个人退休账户（Individual Retirement Account, IRA）存入6,500美元；如果您年满50岁或以上，您可以投入更多。您也可以从较低金额开始。IRA还有税收优惠。

当您开立IRA时，您有两种选择 — 传统IRA或Roth IRA。您的供款和提款的税务处理将取决于您选择的选项。此外，您提款的税后价值将取决于通货膨胀和您选择的IRA类型。IRA可以提供一种简单的储蓄方式。您可以设置从您的支票或储蓄账户中自动扣除一笔款项，并存入IRA。

#### 9. 了解您的社会保障福利

平均而言，社会保障退休福利可以覆盖退休受益人退休前收入的40%。然而，由于人们的收入和选择开始领取福利的年龄不同，社会保障退休福利所能替代的工资数额也各不相同。您可以使用[社会保障总署网站](#)上的退休估算器估算您的福利。欲了解更多信息，请访问该署网站或致电 **1-800-772-1213**。

#### 10. 提出问题

虽然这些贴士是为了给您指出正确的方向，但您还需要更多的信息。请阅读我们在背面列出的出版物。与您的雇主、银行、工会或财务顾问交谈。提出问题并确保您理解答案。获得实用的建议，现在就采取行动。

## 欲了解更多信息：

请访问[雇员福利保障局](#) (Employee Benefits Security Administration, EBSA) 网站查看以下出版物

- 健康的储蓄：您的资金与财务未来指南
- 退休计划须知
- Taking the Mystery Out Of Retirement Planning
- Filing a Claim for Your Retirement Benefits
- Women and Retirement Savings
- Retirement Toolkit
- Choosing a Retirement Solution for Your Small Business

欲索取上述资料，请通过[电子方式](#)或拨打免费电话 **1-866-444-3272**，联系EBSA。

以下网站也会有所帮助：

[美国乐龄会 \(AARP\)](#)

[American Savings Education Council](#)

[Certified Financial Planner Board of Standards](#)

[Consumer Federation of America](#)

[The Actuarial Foundation](#)

[美国财政部 \(U.S. Department of the Treasury\)](#)

[U.S. Securities and Exchange Commission](#)



员工福利保障管理局  
美国劳工部