



Les Canadiens redéfinissent la retraite

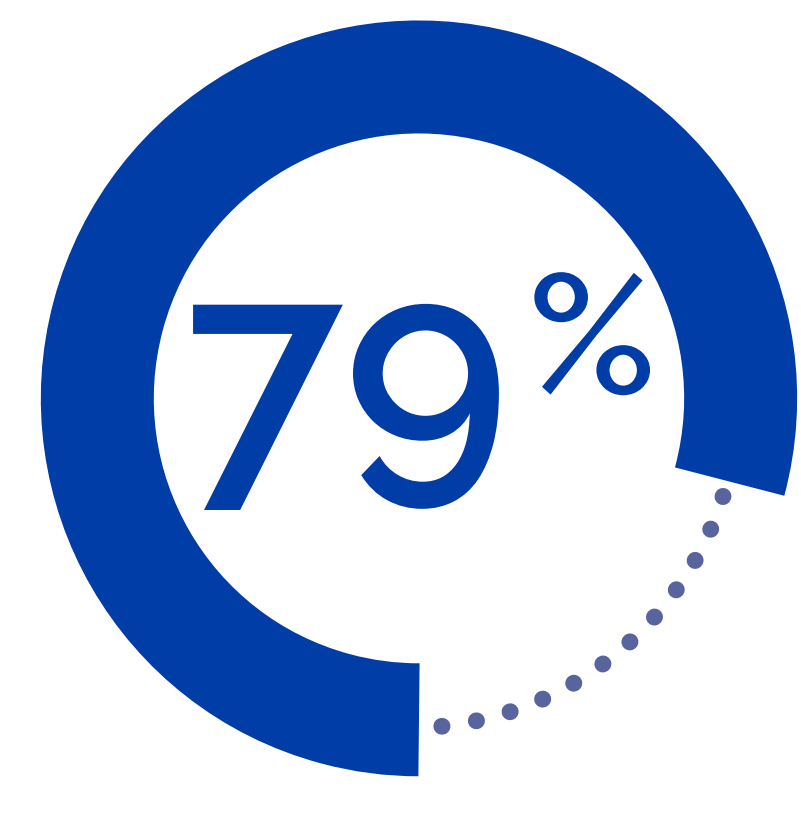
En mai 2024, nous avons interrogé 1 550 retraités canadiens et nous avons appris qu'ils redéfinissent la retraite en donnant la priorité à la santé, au travail et à la stabilité financière.

Que pouvons-nous apprendre de la nouvelle génération de retraités?



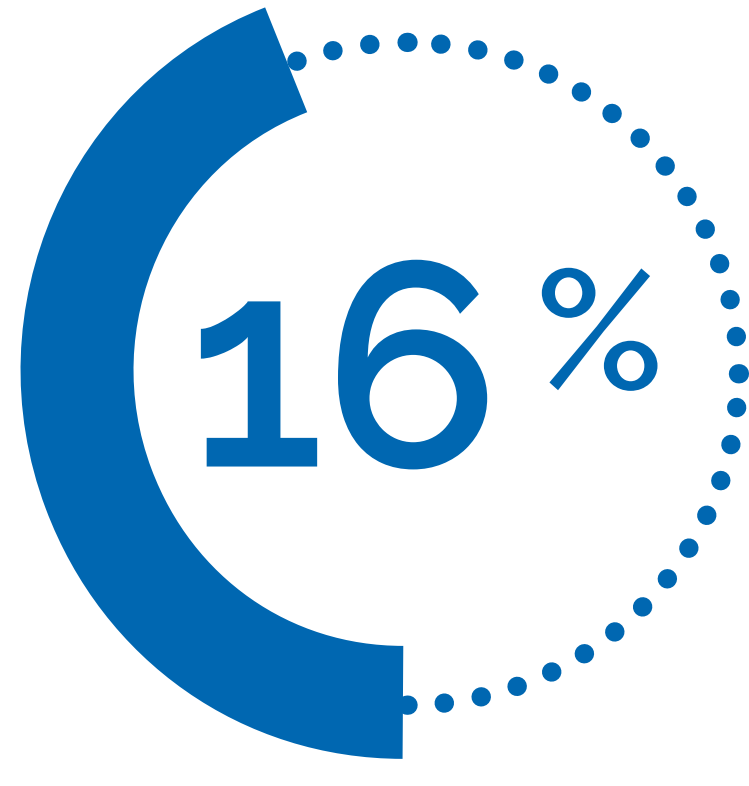
Le bonheur est la clé :

70 % des retraités canadiens sont très ou extrêmement heureux et associent leur bonheur à leur santé financière et physique.



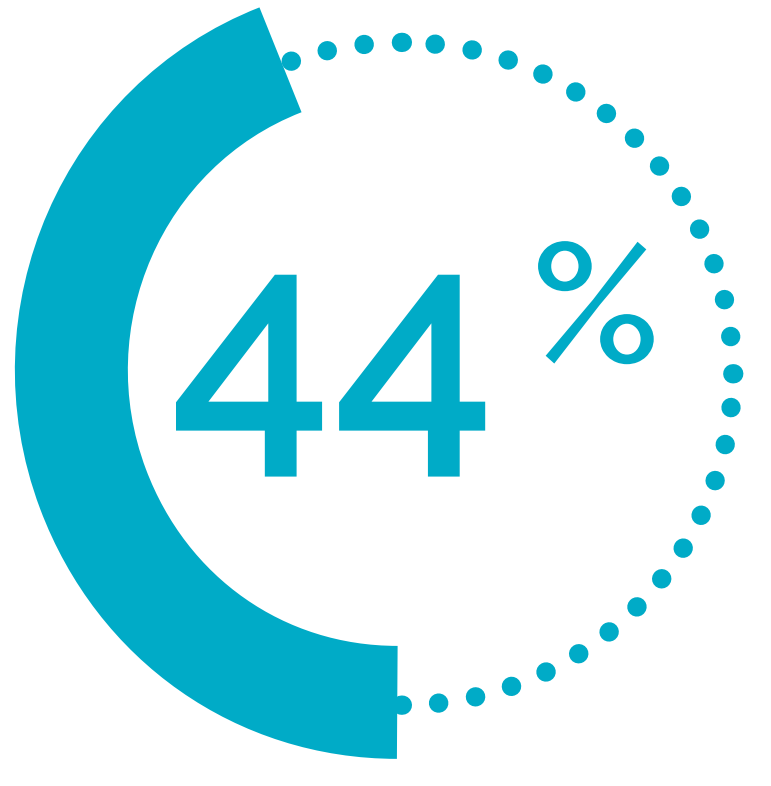
Rester actif :

79 % des retraités pratiquent une activité physique au moins une fois par semaine et 42 % le font quotidiennement, ce qui établit un lien entre le bien-être physique et la probabilité d'être heureux (87 %).



S'épanouir par le travail :

16 % des retraités continuent de travailler, surtout à temps partiel, et disent être motivés par les bienfaits psychologiques (57 %) et les besoins financiers (31 %).



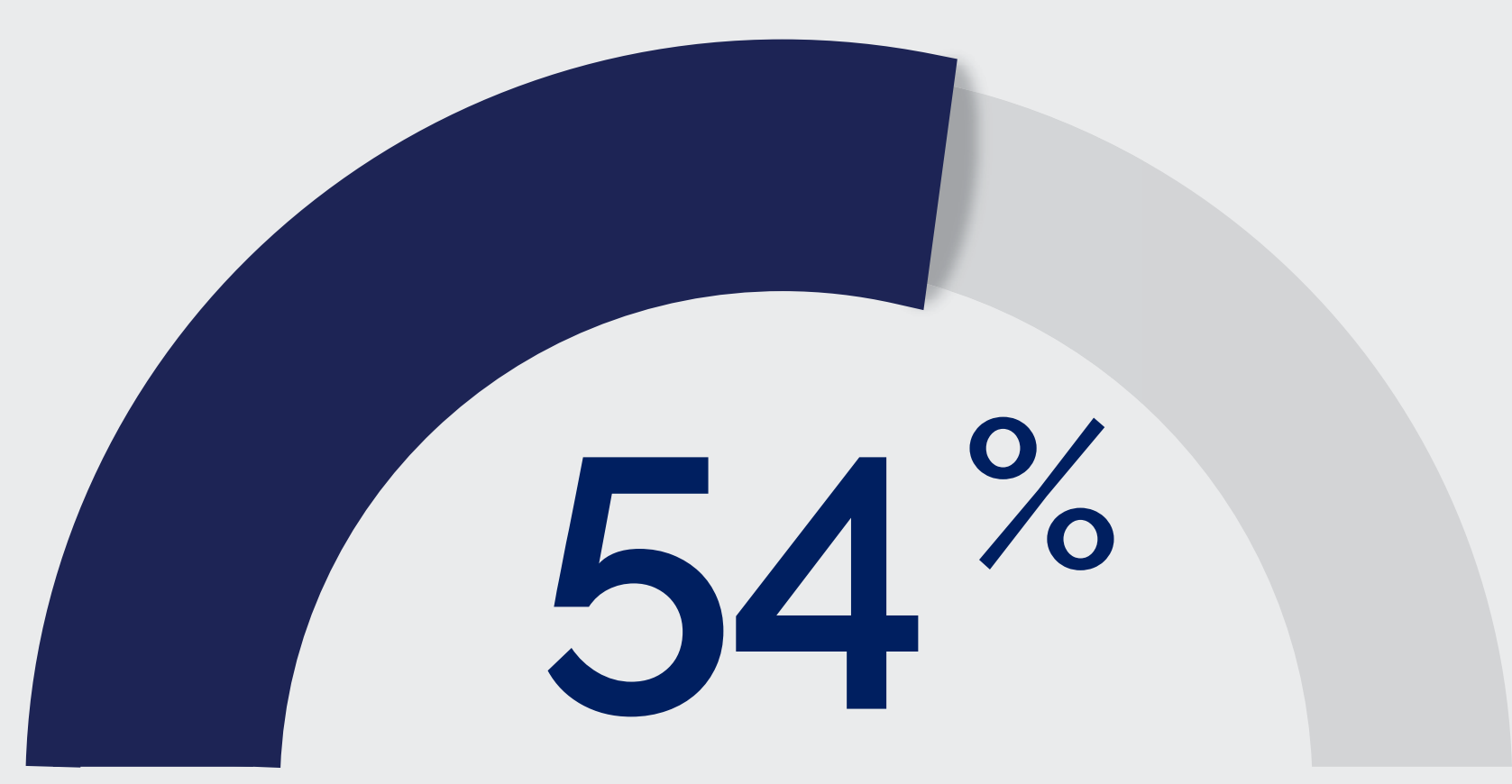
Gérer l'endettement :

Les ménages de seulement 44 % des retraités n'ont aucune dette alors que les autres doivent encore rembourser leur prêt automobile ou leur hypothèque.

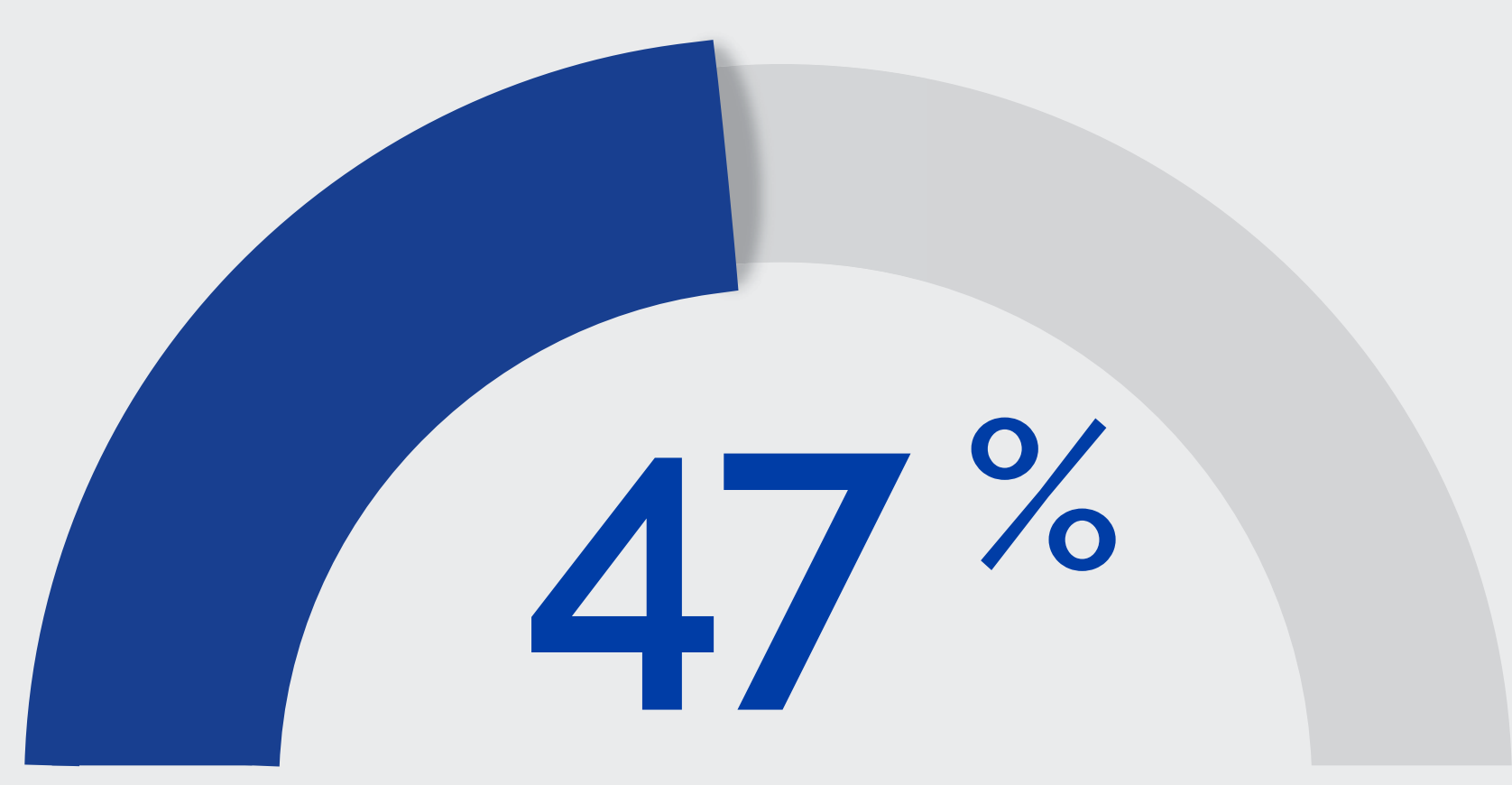


Conseils pour planifier votre retraite

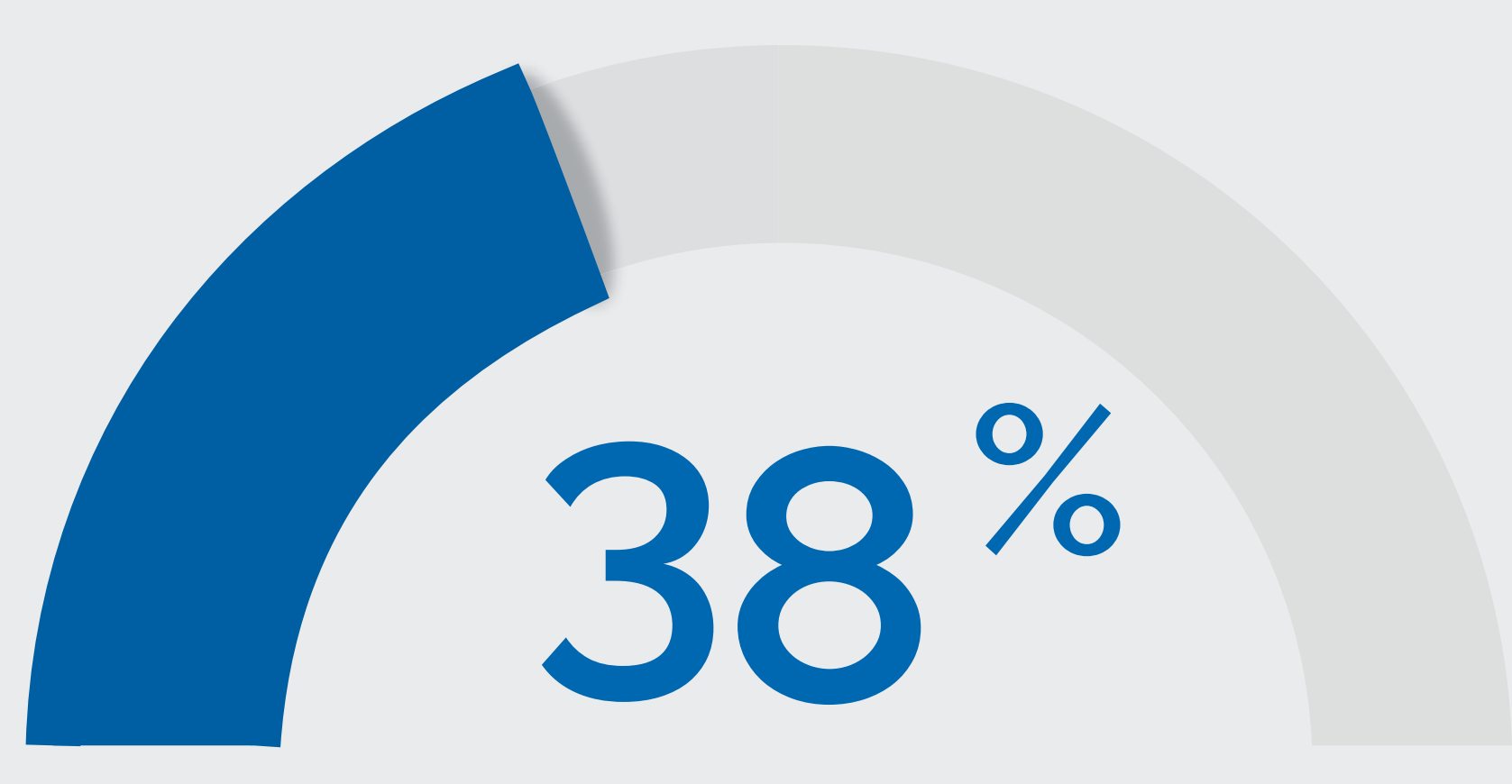
Les retraités conseillent de donner la priorité aux éléments suivants afin de se préparer à une retraite réussie.



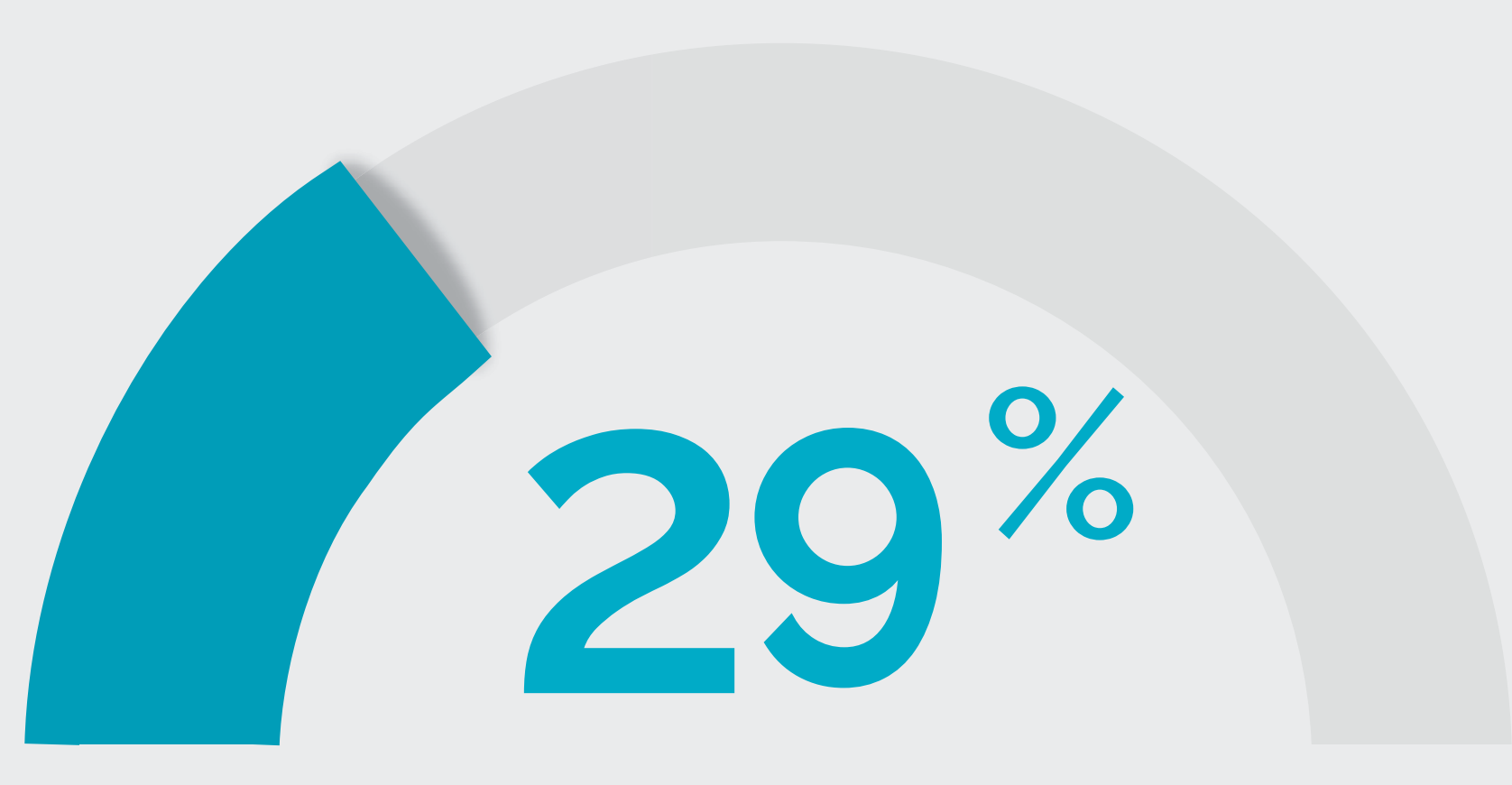
Profiter au maximum de votre régime d'épargne-retraite parrainé par l'employeur :
Utilisez pleinement votre régime.



Épargner davantage :
Épargner davantage est un pas important vers la stabilité financière.



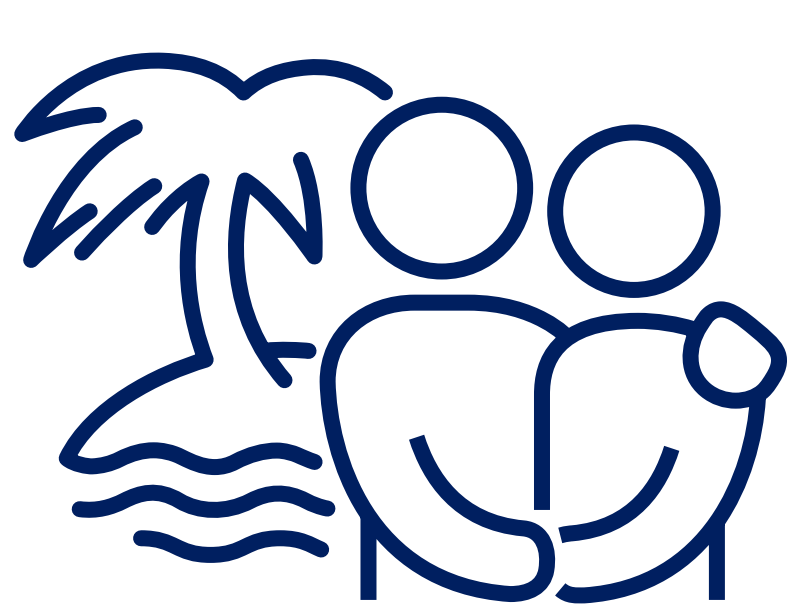
Demander les conseils professionnels :
En consultant un conseiller financier, vous obtiendrez des conseils personnalisés sur votre plan de retraite.



S'informer : Il est essentiel de comprendre les prestations du Régime de pensions du Canada et de la Sécurité de la vieillesse pour pouvoir planifier sa retraite de manière avisée.

Comprendre les différentes étapes de la retraite

Au lieu de mener une vie sédentaire et inactive, les retraités se tiennent en forme et ont une vie sociale bien remplie. La retraite comporte quatre étapes distinctes :



Transition :

Les nouveaux retraités, qui dans bien des cas ont pris une retraite anticipée, continuent d'occuper un emploi et sont satisfaits de leur santé physique.



Activité :

Les retraités les plus nantis, qui prennent souvent leur retraite au moment prévu, se déclarent très heureux (91 %) et satisfaits de leur santé physique et mentale.



Routine :

À cette étape, les retraités adoptent un mode de vie plus calme et plus stable, ils dépensent moins et ils voyagent moins que prévu.



Crépuscule :

Les retraités les plus âgés, dont certains indiquent avoir pris leur retraite pour des raisons de santé (41 %), disent être plus isolés, faire moins de voyages et être moins satisfaits de leur santé financière.

En comprenant ces tendances et en planifiant en conséquence, vous pourrez profiter d'une retraite heureuse et épanouissante.

Source :

Nouvelle étude menée par Angus Reid Group et parrainée par La Corporation People, fournisseur national de solutions en matière d'avantages sociaux, de régimes de retraite collectifs et de ressources humaines.

14-02-2025