

Étude / Retraite / Enseignants

Une vie active à la retraite améliore le bien-être et préserve la santé !

Nantes, le 25 octobre 2021 – **Engagements bénévoles dans une association, poursuite de projets personnels, pratique d'activités sportives... la dernière étude réalisée par la Chaire « Transitions démographiques, Transitions économiques » de la Fondation du Risque (Chaire TDTE) et l'Observatoire du Bien-être du CEPREMAP pour l'Union Mutualiste Retraite (UMR) auprès de 4127 enseignants français âgés de 57 à 75 ans, confirme qu'une vie à la retraite socialement active permet d'améliorer le bien-être et de préserver son capital autonomie.**

Alors qu'un projet de loi portant sur le Grand âge et l'autonomie est régulièrement annoncé et sans cesse reporté depuis 2007, cette étude offre des pistes de réflexion intéressantes qui pourront enrichir la réforme attendue pour lutter contre la perte d'autonomie des personnes âgées.

Dépendance et isolement, des préoccupations majeures avant l'entrée en retraite...

Baisse des revenus, dépenses imprévues, dégradation des conditions de vie... l'entrée en retraite peut être une période difficilement vécue par les Françaises et les Français. Cette situation n'épargne pas la population enseignante qui cite majoritairement **la perte d'autonomie (68%), la maladie (60%) et l'isolement (21,6%)** comme principales inquiétudes lorsqu'ils se projettent à la retraite.

Pour autant, et même s'ils semblent conscients des risques d'une mauvaise préparation de cette période de vie, seulement **64% des actifs et 51% des retraités indiquent avoir anticipé ce passage à la retraite autour d'un projet de vie bien défini**. Une réflexion très largement circonscrite aux 5 années précédant leur départ, avec **41% d'entre eux qui déclarent y avoir songé lors de leur dernière année d'activité et 35% entre 2 et 5 ans avant la fin de leur carrière professionnelle**.

... mais la pratique d'activités sociales contribue à améliorer le bien-être et maintenir l'autonomie

La pratique d'activités associatives, sportives ou culturelles retarde le vieillissement cognitif, conserve l'état de santé et améliore le bien-être des seniors. **66,15% des enseignants déclarent s'investir dans des activités diverses contre 31,7% dans la population du même âge en France.**

Après la retraite, l'engagement bénévole double de fréquence et les personnes engagées dans les activités bénévoles déclarent un sentiment que leur vie a du sens plus élevé que les autres retraités.

La mise à contribution de leur temps libre au service des autres est une activité structurante et facteur de sens. **Ainsi, 40% des répondants se disent prêts à mettre en place une association près de chez eux, pour rencontrer des personnes avec qui s'impliquer dans un projet (16%) et rejoindre un réseau actif (9%).**

Éric Jeanneau, Président de l'UMR précise : « Satisfaction dans la vie, bien-être émotionnel, sentiment que sa vie a du sens... La préparation à l'entrée à la retraite est un enjeu sociétal qui doit permettre aux Français de vivre pleinement cette période de vie. Les activités doivent être encouragées pour ne pas entraîner de rupture de la socialisation des individus. Lorsqu'ils sont engagés bénévolement auprès d'associations et qu'ils restent socialement actifs, ils contribuent à recréer du lien entre générations, renforcent la cohésion sociale et leur rôle dans la société. Il s'agit d'une réponse efficace à l'accroissement de la longévité qui bénéficie autant aux personnes qui pratiquent des activités socialisées qu'à la société dans son ensemble. »

... ce qui justifie un accompagnement pour préparer cette période de vie

Plus de la moitié des enseignants formulent le souhait d'un accompagnement personnalisé pour préparer leur retraite. **Ils expriment, à ce titre, le besoin de conseil concernant leurs droits (32,2% des actifs et 16,8% des retraités), la réalisation d'un plan financier (20% des actifs et 9% des retraités) et l'élaboration d'un nouveau projet de vie (16% des actifs et 10% des retraités).**

Pour mettre en œuvre cet accompagnement, ils plébiscitent - devant leur employeur -42%) - **les acteurs mutualistes spécialisés dans la protection sociale et les retraites (53%) et leurs caisses de retraite (50%),** dont le rôle à jouer dans leur transition d'actif à retraité s'étend **au-delà des dispositifs actuellement mis en place.**

Parmi les possibilités envisagées pour préparer cette seconde étape de vie, **7 actifs sur 10 et 6 retraités sur 10 déclarent qu'une aide à l'entrée progressive en retraite pourrait donner lieu à une meilleure appréhension de cette période de vie. Un dispositif de retraite progressif ainsi que le développement du mécénat de compétences sont souhaités. Enfin, l'idée d'une formation courte à la préparation à la retraite pourrait s'avérer utile pour 38% des répondants.**

Éric Jeanneau, Président de l'Union Mutualiste Retraite précise que : « Le passage à la retraite doit être mieux accompagné afin qu'il soit synonyme d'engagement et surtout pas de retrait. Les organismes spécialistes de la retraite ont leur rôle à jouer dans l'accompagnement des Français afin de leur permettre de rester socialement actifs et pleinement autonomes dans leurs choix de vie à tous les âges. »

Méthodologie de l'étude : Enquête réalisée par la Chaire TDTE de la Fondation du Risque et l'Observatoire du Bien-être du CEPREMAP pour l'Union Mutualiste Retraite du 24 février au 15 mars 2021, par questionnaire auto administré auprès d'un échantillon de 33 000 enseignants français âgés de 57 à 75 ans, et représentatif de cette tranche d'âges en genre et en régions de résidence.

Pour recevoir l'étude réalisée par l'Observatoire du Bien-être du CEPREMAP, et être mis en relation avec l'un des porte-parole de l'UMR, veuillez écrire à :

umrcom@wellcom.fr

À propos de l'UMR :

L'Union Mutualiste Retraite (UMR) est une union de mutuelles relevant du Code de la mutualité. Créée en 2002, elle gère le Corem, un des plus importants régimes de retraite mutualistes par point, ainsi que plusieurs plans d'épargne retraite individuelle (PERI) au positionnement grand public et patrimonial.

Au 31/12/2020, l'UMR gère 11,3 milliards d'€ d'actifs* et compte plus de 380 000 adhérents. L'UMR, investisseur institutionnel de long terme, a défini depuis 2014 une stratégie d'investisseur responsable qui consiste à prendre en compte dans la gestion des placements de l'UMR des critères Environnementaux, Sociaux et de Gouvernance. À fin 2020, 89% du portefeuille d'actifs bénéficiait d'une notation ESG.

* en valeur de marché

À propos de la Chaire TDTE :

La Chaire "Transitions démographiques, Transitions économiques" (TDTE) est un lieu de recherche et de débat sur l'impact du vieillissement et de la longévité sur l'économie et la société en France. Elle a été fondée en 2008, à l'initiative de Jean-Hervé Lorenzi, le titulaire de la Chaire TDTE. Elle considère que face au choc de la longévité nos politiques économiques et sociales s'en trouvent bouleversées ; les évolutions démographiques et leurs impacts sur l'économie nous obligent à faire évoluer non seulement les systèmes de retraite et de protection sociale, mais aussi à élever nos ambitions de formation et d'emploi pour les seniors.

À propos de l'Observatoire du Bien-être du CEPREMAP :

L'Observatoire du bien-être au CEPREMAP soutient la recherche sur le bien-être subjectif en France et dans le monde. Il réunit des chercheurs de différentes institutions appliquant des méthodes quantitatives rigoureuses et des techniques novatrices. Les chercheurs affiliés à l'Observatoire travaillent sur la mesure du bien-être subjectif et sur ses déterminants, dont l'éducation, la santé, les relations sociales, la confiance et l'environnement économique.

Contacts presse :

Agence Wellcom

Thomas Alves-Chaintreau – thomas.alves.ext@wellcom.fr

01 46 34 60 60 – 06 30 83 02 53