

L'essentiel de la

planification de vie



Bonjour.

Vous cherchez à maintenir le cap pour atteindre vos objectifs futurs? Alors, une récapitulation des questions reliées à la planification de vie peut vous aider à faire en sorte que votre stratégie d'épargne actuelle corresponde à vos objectifs de retraite. Voici ce que vous apprendrez :



Qu'est-ce que la planification de vie?

La planification de vie est un processus permanent qui consiste à fixer des buts et des objectifs à chaque étape de la vie – pour mener une vie plus heureuse et plus saine aujourd'hui tout en planifiant son avenir. La transition la plus importante de notre vie est peut-être bien celle qui nous mène à la retraite.

Pour être couronnés de succès, les plans financiers et de retraite doivent résulter d'un plan de vie constructif. La planification de vie a généralement pour ambition d'équilibrer les dimensions professionnelle, familiale et personnelle de l'existence. Toutefois, les obstacles qu'il faut négocier pour parvenir à équilibrer nos objectifs, nos priorités et nos attitudes et pour se donner le temps de mener une vie plus heureuse, plus productive et plus satisfaisante peuvent paraître redoutables.

Pour beaucoup de Canadiens, le travail est simplement un moyen de parvenir à une fin. Beaucoup de gens vivent au jour le jour sans planifier leur retraite. D'autres, au contraire, ne songent qu'à épargner pour leur retraite. Dans un cas comme dans l'autre, tous les autres aspects de l'existence sont négligés.

Dans notre quête incessante du bonheur, il faut savoir que ce n'est pas en cherchant le bonheur qu'on devient heureux. Pour être heureux, il faut mener une vie constructive. Par conséquent, la planification de vie est un choix conscient que nous faisons pour donner un sens à notre existence; pour modeler une vie à la hauteur de nos ambitions; pour nous épanouir; en d'autres termes, pour tout avoir.

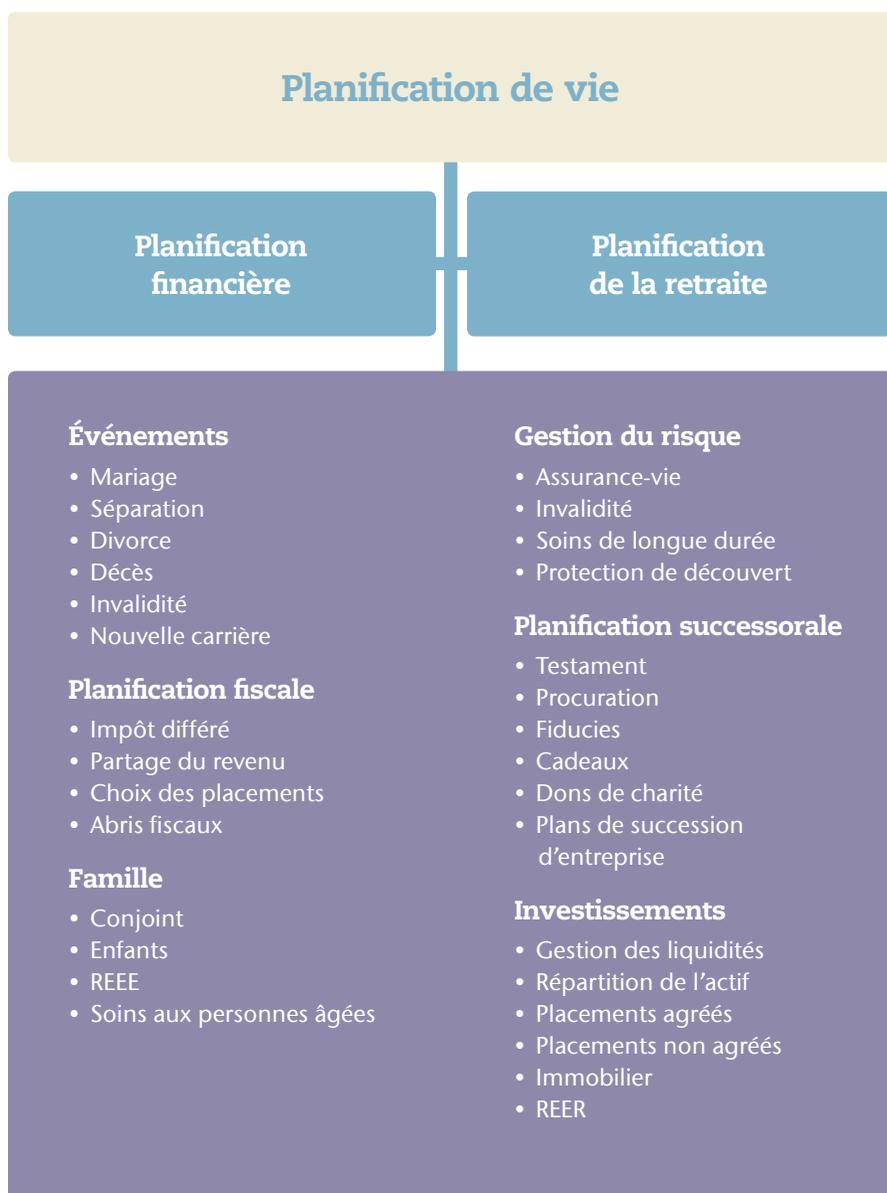
Question :

Quelle est la règle simple la plus fréquemment appliquée pour déterminer le pourcentage du revenu gagné qu'il faut épargner?

Réponse :

10 % du revenu brut, toutes sources confondues, toute la vie.

Questions et événements clés



Les six secrets de la réussite

- Santé
- **Maîtrise de soi**
- Profession/carrière/vocation
- **Épanouissement personnel**
- Relations importantes
- **Recherche de l'indépendance financière**

L'important dans la vie est de faire des choix parmi les six secrets de la réussite et de trouver l'équilibre entre ces éléments. En d'autres termes, tout excès dans un domaine nous détourne presque invariablement d'un ou de plusieurs des autres secrets de la réussite.

Examen objectif

Le fait est que seule une petite proportion de Canadiens atteindront la dignité financière et le confort.

L'objectif du gouvernement est de dégager suffisamment de fonds et d'offrir des allègements fiscaux pour que nous puissions continuer à maintenir notre « niveau de vie habituel ».

En réalité, au début du XXI^e siècle, la population active sera insuffisante pour subvenir aux besoins d'un groupe sans cesse croissant de retraités.

N'oubliez pas que chaque nouvelle journée est le premier jour du reste de votre vie!

Quelles sont vos trois principales préoccupations parmi les six secrets de la réussite ?

1.
2.
3.

Les gens choisissent généralement l'argent, la santé et les relations. Toutefois, ces trois éléments occupent une place différente selon l'étape de vie à laquelle ils se trouvent.

Étapes de vie

| Principale préoccupation | Âge | | |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|
| | 25 à 44 | 45 à 64 | 65+ |
| 1 | Argent | Santé | Relations |
| 2 | Santé | Argent | Santé |
| 3 | Relations | Relations | Argent |

La vie en faits

Les trois grands secrets consistent généralement dans un savant mélange d'argent, de santé et de relations privilégiées pour former la pyramide de la réussite – approche holistique de la satisfaction, du bonheur et de l'épanouissement.

Les six secrets de la réussite

Santé

- Bonne alimentation
- Sommeil réparateur
- Exercice régulier
- Gestion du stress
- Activités récréatives

Maîtrise de soi

- Philosophie de vie
- Défis
- Possibilités
- Bonheur
- État d'esprit positif
- Choix/dès aujourd'hui
- Responsabilité
- Gestion du temps
- Équilibre travail-vie personnelle

Épanouissement personnel

- Foyer
- Santé émotionnelle
- Tranquillité d'esprit
- Harmonie intérieure
- Recherche spirituelle/religion
- Satisfaction intellectuelle
- Acquisition continue de connaissances
- Bénévolat/service

Profession/carrière

- Satisfaction à l'égard des compétences
- Objectifs
- Plan d'action
- Esprit d'initiative/motivation
- Créativité/imagination
- Talent pour la communication
- Leadership

Relations importantes

- Conjoint/partenaire
- Enfants
- Famille élargie
- Amis/vie sociale
- Évolution des rôles
- Deuil
- Réaction face à un décès

Recherche de l'indépendance financière

- Bonne gestion – gestion des liquidités/dettes
- Créer – se payer en premier
- Accroître – répartition de l'actif
- Développer – stratégie fiscale et stratégie de placement
- Préserver – planification de la retraite
- Transférer – planification successorale

Vos objectifs de vie personnels

Se fixer des buts et des objectifs

Fixer des buts stratégiques, définir ses objectifs et concevoir son propre plan sont des étapes essentielles. La retraite ne diffère guère des autres grandes étapes de la vie comme le mariage, la naissance d'un enfant, le divorce ou le décès d'un membre de la famille. Elle peut être le théâtre de bouleversements émotifs parfois très intenses. La planification de cette étape de la vie permet d'atténuer des sources de stress souvent inutiles et imprévues.

La retraite doit être le prolongement naturel des activités que vous aimez faire. Vous devez savourer les heures et les jours de liberté que vous avez retrouvés et les utiliser à bon escient. Ce temps supplémentaire est le changement le plus important de votre vie à la retraite.

Buts et options à la retraite

La planification avant la retraite n'est jamais définitive. C'est un processus actif et permanent qui consiste à choisir des buts qu'il est possible d'atteindre et des activités réalisables.

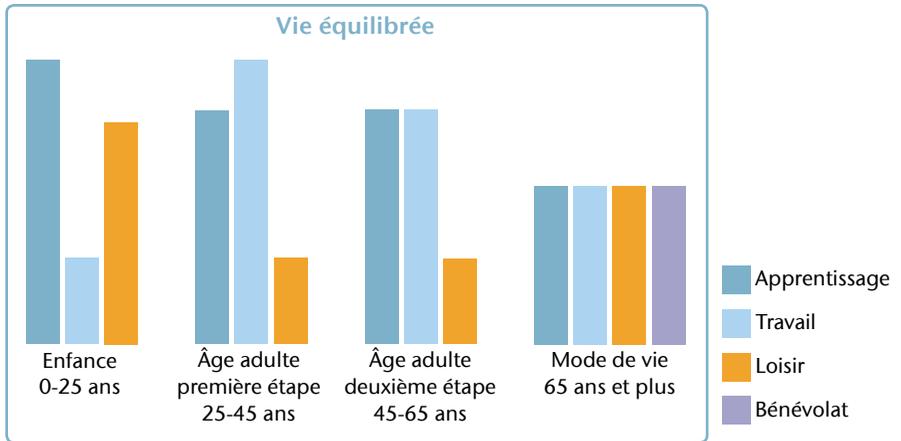
Le mode de vie le plus gratifiant que vous puissiez choisir pour votre retraite est celui qui tiendra compte de vos habitudes, de vos intérêts, de vos préférences, de vos possibilités et de vos limites ainsi que de votre disposition et de votre tempérament. Les recherches ont démontré que la vie que nous menons à 40, 50 et 60 ans fournit une bonne indication de la condition mentale et physique que nous aurons à 70 ans, à 80 ans et après. En examinant aujourd'hui vos besoins et vos buts, vous connaîtrez mieux vos dispositions, mais vous aurez aussi une « vision de l'avenir » qui vous permettra de définir plus adéquatement la vie que vous mènerez à la retraite.

Les avantages d'agir maintenant!

- Plus de choix à une date ultérieure
- Moins d'inquiétudes concernant la retraite
- Plus de contrôle sur le budget et les dépenses
- Meilleur rendement des placements et du capital
- Analyse opportune de sa situation personnelle et financière
- Plus grande motivation à réfléchir soigneusement à la retraite et à s'y préparer dès aujourd'hui!

Défis et occasions de la retraite

Périodes de vie



Chaque jour, les progrès de la médecine contribuent à l’allongement de l’espérance de vie. Ces dernières années, de nombreuses personnes ont cessé tôt de travailler à plein temps. Si la tendance se maintient et que l’espérance de vie continue de s’allonger, parallèlement à la réduction de la durée de la vie professionnelle, il est fort possible que de nombreuses personnes passeront plus de temps à la retraite qu’au travail. Il est donc probable qu’une vie type se déroule de la manière suivante :

| Principales étapes de vie | Nombre d’années |
|---|-----------------|
| Apprentissage | 16-25 |
| Travail (à plein temps) | 30-35 |
| Retraite équilibrée associant apprentissage, travail rémunéré à temps partiel, loisirs et bénévolat | 20-40 |

Cette situation ouvre d’immenses possibilités, auxquelles les générations qui nous ont précédés n’ont pas eu accès. Vous devez amorcer la troisième période de votre vie de manière positive pour qu’elle soit marquée au sceau de l’épanouissement, de l’aventure et de la vitalité. Faire des choix pour réussir chaque transition et étape de vie est l’essence même de la planification de la retraite et de la vie.

Comment votre vie changera à la retraite

Des changements nombreux et importants surviennent au moment de la retraite. Réfléchissez! « En quoi votre vie changera-t-elle à la retraite? » Il est intéressant de remarquer que votre liste est sans doute très comparable à celle que dressent la plupart des Canadiens.

Changements survenant à la retraite

- Stress – perte d’identité/d’estime de soi
- Santé – physique/psychologique/spirituelle
- Temps
- Liberté – ennui
- Structure
- Argent (\$)
- Relations – collègues/famille/conjoint/amis
- Voyages
- Logement – installation dans un logement plus petit/chalet/propriété/location/résidence dans le Sud
- Deuil – faire face à la perte d’êtres chers
- Temps libre – divertissements/passe-temps/loisirs/artisanat/activités culturelles/sports
- Études
- Bénévolat
- Nouvelle carrière

Le message est très simple : Les gens partagent les mêmes craintes, quel que soit leur horizon; ils aspirent aux mêmes choses pour eux et pour ceux qu’ils aiment et ils recherchent souvent les mêmes réponses quant à l’objet et au sens d’une vie qu’ils veulent bien remplie et riche de satisfactions.

Les trois principales préoccupations et les trois principales activités à la retraite sont à la fois semblables et prévisibles – après tout, chacun est à la recherche du même équilibre, lequel recouvre tous les éléments suivants.

Trois principales préoccupations

- Santé
- Argent
- Relations

Trois principales activités

- Loisirs
- Bénévolat
- Nouvelle carrière



Apprendre d'autrui

Bien des personnes ont parcouru la route qui mène à la retraite. Examinons le profil d'un retraité type.

Il y a ici une légère contradiction par rapport à ce que nous avons dit précédemment lorsque nous affirmions que chacun choisissait un mode de vie à la retraite différent de celui des autres. Alors même que le retraité type n'existe pas, nous disposons néanmoins d'un certain nombre de clichés et de statistiques qui permettent de dégager les ressemblances que les retraités ont en commun. Commençons par les clichés.

Nous avons pratiquement tous des contacts avec des retraités, qu'il s'agisse de membres de notre famille ou d'amis personnels. Nous les voyons aussi à la télévision, au cinéma, au théâtre ainsi que dans le public. Tout cela permet de broser le portrait du retraité. Comparons ce portrait type aux résultats d'un certain nombre d'études indépendantes.

Profil du retraité type

- Dépense environ 33 % de moins que son revenu avant la retraite/ revenu d'emploi
- N'utilise qu'une seule carte de crédit
- Le voyage d'aventure est son activité préférée
- Passe beaucoup de temps devant la télévision
- Trente pour cent des retraités ont au départ de la difficulté à faire face à l'absence de travail
- Perte d'identité et d'estime de soi
- S'ennuie souvent
- N'a pas une idée réaliste de ce que doit être la vie à la retraite
- Par ordre d'importance : télévision, rendre visite à des amis, lecture, marche, promenade en voiture et voyager
- L'activité physique numéro un est la marche
- Parmi les autres activités physiques figurent par ordre de priorité : le jardinage, l'entretien de la maison, la natation, les quilles, le golf, le tennis et le curling
- Contacts avec la famille et les amis à l'exclusion du voisinage et de la communauté
- Ne s'adonne pas aux loisirs auxquels il prétend vouloir se consacrer lorsqu'il débute la retraite
- Ralentissement considérable du rythme de vie à 70 ans : moins de déplacements en voiture, de voyages et de sorties
- Refuse de participer à des activités récréatives et notamment à des activités physiques

La vie en faits

Obstacles énumérés par ordre d'importance :

- Manque de temps
- Manque d'argent
- Manque de compagnie
- Santé

En résumé

- L'énoncé des buts de la vie est le point de départ de toute planification des finances et de la retraite.
- L'espérance de vie moyenne des Canadiens s'est allongée de 30 ans en l'espace d'un siècle, ce qui veut dire que notre retraite pourra durer plus longtemps que notre vie professionnelle.
- Lorsque nous réfléchissons à notre vie à la retraite, nous nous rendons compte que nous avons tous les mêmes besoins et les mêmes préoccupations.
- Le secret d'une vie équilibrée et réussie tient dans l'équilibre entre les six secrets de la réussite. L'expérience prouve que, lorsqu'on excelle dans le domaine financier ou professionnel, c'est souvent au détriment de sa santé ou de la qualité des relations que nous avons avec autrui.

Les meilleures choses de la vie sont gratuites.

Les meilleures choses de la vie ne sont pas des choses.

Les meilleures choses de la vie, ce sont notre famille et nos amis. Le secret du bonheur, c'est aimer, s'occuper et prendre soin d'autrui!

Retraite
Investissements
Assurance

À bientôt.

Pour en apprendre davantage sur la planification financière et la planification de vie, visitez le Centre d'éducation financière dans le Salon VIP

www.standardlife.ca

Compagnie d'assurance Standard Life du Canada
Assurance Standard Life limitée