

Indice de préparation à la longévité

Dans quelle mesure les Canadiennes
et Canadiens sont-ils prêts à vivre plus longtemps?

Canada 2026 | Faits et conclusions

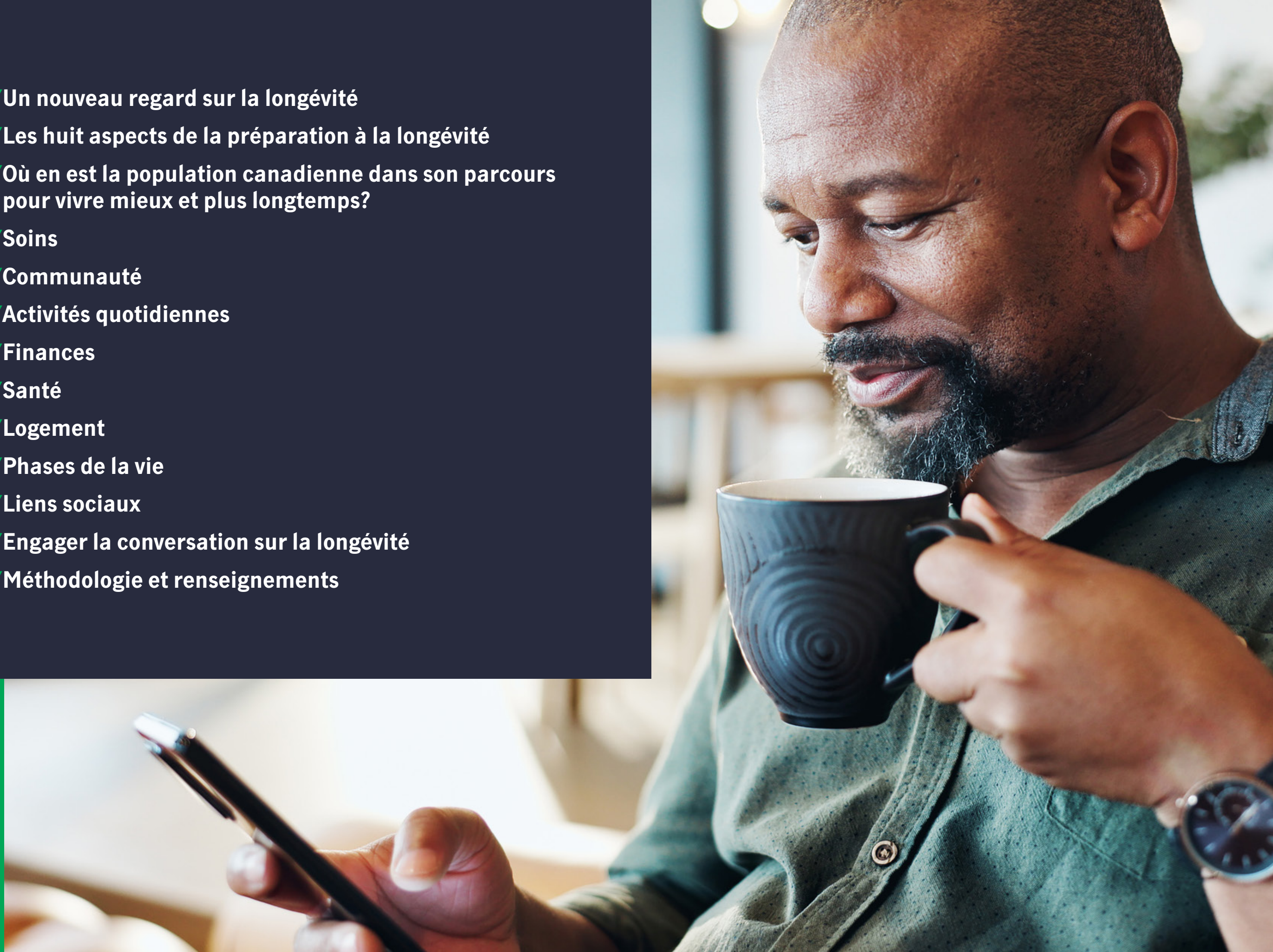


L'Institut de la longévité de Manuvie, en collaboration avec MIT AgeLab



Table des matières

- 03/Un nouveau regard sur la longévité
- 04/Les huit aspects de la préparation à la longévité
- 05/Où en est la population canadienne dans son parcours pour vivre mieux et plus longtemps?
- 06/Soins
- 07/Communauté
- 08/Activités quotidiennes
- 09/Finances
- 10/Santé
- 11/Logement
- 12/Phases de la vie
- 13/Liens sociaux
- 14/Engager la conversation sur la longévité
- 16/Méthodologie et renseignements



Un nouveau regard sur la longévité

Qu'est-ce que cela signifie d'être prêt à vivre plus longtemps?



Aujourd'hui, les Canadiennes et Canadiens peuvent s'attendre à vivre plus longtemps que n'importe quelle génération précédente, et fêter ses 100 ans, qui était autrefois un événement exceptionnel, devient de plus en plus courant . Même s'il y a lieu de se réjouir de vivre plus longtemps, cela pose un nouveau défi : comment faire en sorte que ces années supplémentaires puissent être vécues en bonne santé, de manière autonome, épanouissante, en restant en lien avec les autres et dans la sécurité financière?

Il ne suffit pas de vivre plus longtemps. Nous sommes nombreux à vouloir vivre plus longtemps et mieux, mais nous ne savons pas vraiment comment nous y prendre.

Comprendre les facteurs qui influencent la longévité permet de passer de l'incertitude à l'action.

Traditionnellement, la notion de préparation a toujours été associée à la sécurité financière et à la santé. Mais lorsque ces aspects sont abordés séparément, le tableau reste incomplet. Les facteurs qui déterminent notre capacité à bien vieillir sont étroitement liés. Une mauvaise santé peut avoir des répercussions sur le revenu, ce qui peut à son tour avoir une influence sur les options en matière de logement et de soins. Un changement majeur dans la vie peut avoir des répercussions à la fois sur les finances, la santé et les relations.

Chez Manuvie, nous élargissons notre vision de la longévité. Conscient qu'il ne suffit pas de se concentrer uniquement sur la santé et les finances, l'Institut de la longévité de Manuvie s'est associé au MIT AgeLab pour créer le premier indice de préparation à la longévité (LPI) du Canada, un nouvel outil permettant de mesurer le niveau de préparation.

L'indice LPI examine huit aspects interdépendants pouvant influencer notre capacité à bien vivre au fil du temps, allant de notre santé et de nos finances à nos relations, notre sentiment d'utilité, notre logement, notre communauté et nos besoins en matière de soins. La combinaison de ces aspects offre une vision plus complète de ce que signifie se préparer à vivre plus longtemps.

L'indice LPI sert de référence.

Pour les conseillers, c'est l'occasion d'élargir la discussion habituelle sur la retraite. Il reste essentiel de se préparer financièrement, mais l'allongement de l'espérance de vie peut entraîner une évolution des besoins en matière de santé, des choix en matière de soins et de logement, des changements dans les relations

interpersonnelles, ainsi que d'autres transitions après le départ à la retraite. La planification financière doit non seulement tenir compte de la date de départ à la retraite, mais aussi du mode de vie que les gens souhaitent adopter au cours des décennies qui suivront.

Avant de pouvoir améliorer la préparation, nous devons d'abord la comprendre. Et avant de pouvoir mesurer les progrès accomplis, il nous faut un point de référence. L'indice LPI nous aide à comprendre où en sont les Canadiennes et Canadiens aujourd'hui, quelles sont les possibilités qui s'offrent à eux et comment la préparation peut évoluer au fil du temps.

L'indice LPI n'est pas un verdict. C'est un outil permettant :

- d'aider les Canadiennes et Canadiens à réfléchir à l'avenir de manière plus globale;
- de lancer de nouvelles discussions;
- de cerner les pistes d'action;
- et d'aider les conseillers, les employeurs, les particuliers, les collectivités et les décideurs à mieux comprendre ce qui permet de vivre plus longtemps, en meilleure santé et mieux.

Les habitudes que nous adoptons, les relations que nous renforçons et les projets que nous mettons en place aujourd'hui peuvent influencer notre santé, notre résilience financière, notre autonomie et notre qualité de vie pour les années à venir.

Les résultats présentés ci-après constituent la première référence au Canada en matière de préparation à la longévité. Ils mettent en lumière les domaines dans lesquels les Canadiennes et Canadiens sont bien placés, ceux où d'importantes lacunes subsistent, ainsi que les différences observées en matière de préparation selon les huit aspects qui déterminent le bien vieillir.

Ils soulèvent également une question plus générale : les Canadiennes et Canadiens se préparent-ils financièrement à la retraite, ou se préparent-ils davantage à vivre plus longtemps? Il s'agit d'un changement important. Comprendre ce qui se cache derrière les chiffres peut aider les conseillers à ne pas se limiter à la préparation financière et à établir un lien entre la planification financière et la santé, l'autonomie, les relations et les choix que les Canadiennes et Canadiens souhaitent pour une vie plus longue.

Les *huit* aspects de la vie



Soins

- Rechercher des options de soins futures et des soutiens disponibles.
- Discuter des préférences en matière de soins et identification des personnes susceptibles de prodiguer ces soins.
- Planifier la prise en charge, la perte d'autonomie et l'autonomie à domicile.



Communauté

- Accéder aux soins de santé, aux pharmacies et aux produits de première nécessité.
- Avoir accès aux transports, aux lieux de rencontre et pouvoir se déplacer à pied.
- Vivre en sécurité, à proximité de loisirs et ressources pour les aînés.



Activités quotidiennes

- Se consacrer à des activités enrichissantes et épanouissantes.
- Rester actif sur les plans physique, social et intellectuel.
- Apprendre, créer, faire du bénévolat et contribuer à la vie de la communauté.



Finances

- Avoir confiance en sa capacité à gérer ses décisions financières et ses ressources.
- Se préparer aux coûts futurs liés à la santé, aux soins et au logement.
- Disposer des moyens nécessaires pour entretenir ses relations et préserver sa qualité de vie.



Santé

- Préserver sa santé physique, mentale et émotionnelle.
- Adopter des habitudes qui favorisent le bien-être, notamment en matière d'activité physique, d'alimentation et de sommeil.



Logement

- Bénéficier d'équipements d'accessibilité favorisant la mobilité et l'autonomie.
- Avoir accès à une aide pour l'entretien et les tâches ménagères quotidiennes.



Phases de la vie

- Se préparer sur le plan émotionnel à la retraite.
- Réfléchir à la vie dans son ensemble et penser à l'héritage qu'on laissera.



Liens sociaux

- Entretenir des relations bienveillantes et durables.
- Se sentir compris, utile et en lien avec les autres.
- Garder des contacts réguliers et passer du temps avec sa famille et ses amis.





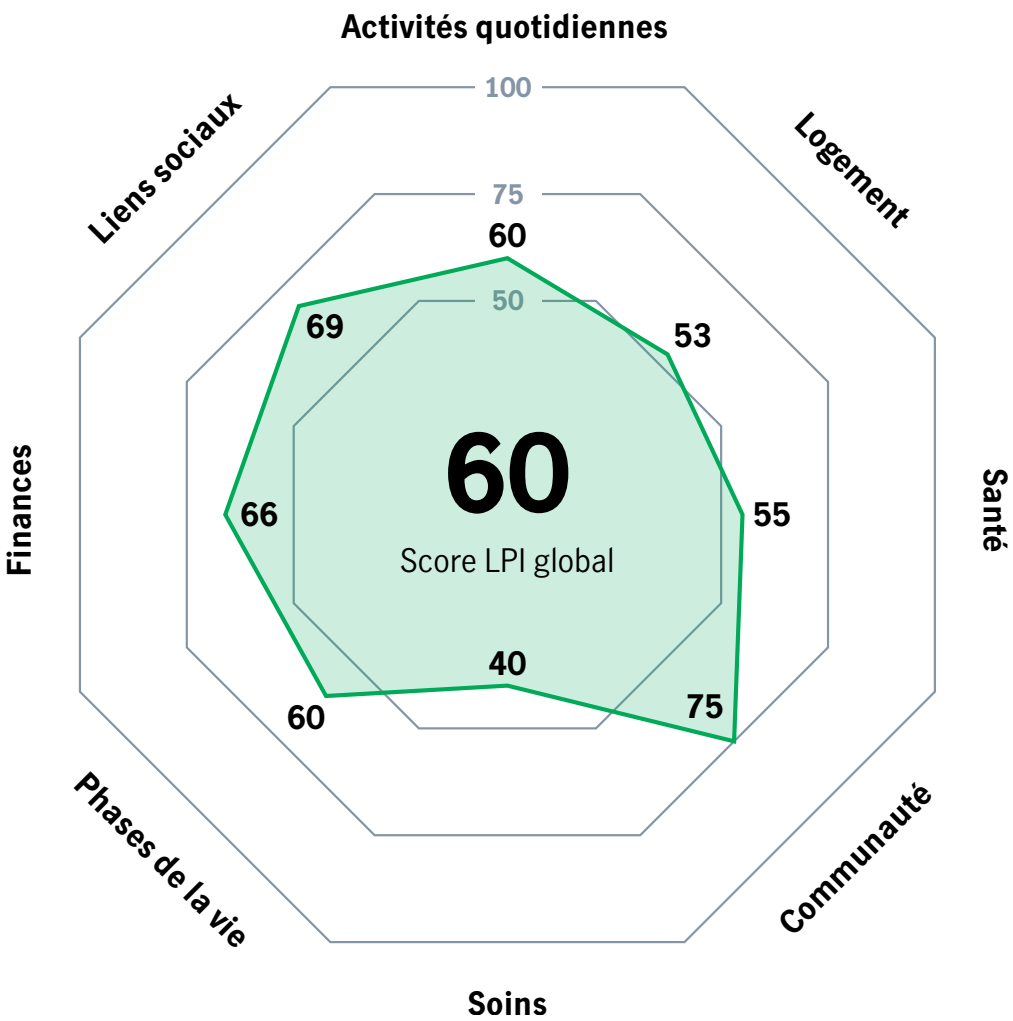
Où en est la population canadienne dans son parcours pour *vivre mieux* et plus longtemps?

Dans le cadre d'un sondage mené auprès de 1 025 adultes canadiens, les répondants ont obtenu une note moyenne de 60 sur 100, ce qui témoigne d'une préparation modeste à la longévité, avec des lacunes dans les domaines des soins, de la santé et du logement.

Le niveau de préparation est le plus élevé chez les Canadiennes et Canadiens plus âgés, tandis qu'il reste relativement stable jusqu'à l'âge de 54 ans. Les personnes accompagnées par un professionnel des services financiers ont obtenu de meilleurs résultats dans tous les domaines, ce qui souligne l'importance de l'accompagnement et du soutien.

Les Canadiennes et Canadiens accordent la priorité à la santé et aux finances, mais leur note de préparation en matière de santé n'est que de 55. Les soins occupent une place bien moins importante parmi les priorités actuelles et sont le plus souvent considérés comme une question à aborder à un âge plus avancé.

L'allongement de l'espérance de vie ouvre de nouveaux horizons en matière de planification pour les conseillers et leurs clients. Il reste essentiel de se préparer financièrement à la retraite, mais cette planification doit de plus en plus tenir compte de l'évolution des besoins en matière de santé, des choix de logement, des responsabilités liées aux soins et des autres changements qui surviennent après la retraite. Les conseillers ont ainsi l'occasion d'aller au-delà de la simple préparation financière et d'aider leurs clients à se préparer de manière plus complète aux décennies à venir.





Score : 40/100

Soins

C'est peut-être là où le fossé est le plus grand que se trouve la plus grande occasion

Les besoins en matière de soins peuvent avoir une incidence sur le lieu et les conditions de vie des personnes, sur les personnes qui leur apportent un soutien, ainsi que sur ce que leurs ressources financières doivent couvrir. Pourtant, c'est dans ce domaine que les Canadiennes et Canadiens ont obtenu les résultats les plus faibles, notamment lorsqu'on leur a demandé s'ils s'étaient renseignés sur les options de soins, s'ils avaient discuté de leurs préférences, s'ils avaient identifié des aidants potentiels et s'ils avaient étudié les mesures de soutien à leur disposition.

Le besoin de soins peut survenir soudainement à la suite d'une blessure ou d'un accident, ou se manifester progressivement à mesure que les besoins d'une personne évoluent. En planifiant, les personnes concernées et leurs familles disposent de plus de temps pour réfléchir au lieu où les soins pourraient être prodigués, aux personnes susceptibles d'y participer et aux modalités de financement.

Les Canadiennes et Canadiens ayant déjà pris soin d'une personne ont obtenu de meilleurs résultats en matière de préparation aux soins que ceux qui ne l'avaient jamais fait, ce qui laisse penser que cette expérience peut aider à mieux comprendre les décisions et les mesures de soutien que peut impliquer la prise en charge d'une personne.



Occasion pour le conseiller

Un changement dans l'état de santé peut avoir des répercussions sur les besoins en matière de soins, le logement, les finances et l'autonomie. Les conseillers peuvent aborder ces décisions liées entre elles avant qu'elles ne deviennent urgentes, aidant ainsi les clients à conserver davantage de liberté de choix quant aux soins et au soutien qu'ils reçoivent.

11%

considèrent les soins comme leur **priorité actuelle**.

26%

estiment que **les soins** joueront un rôle important dans leur bien-être à un âge avancé.

44 contre 37

Scores de préparation aux soins chez les Canadiennes et Canadiens ayant déjà pris soin d'une personne, comparativement à ceux qui ne l'ont jamais fait.



Engagez la conversation avec vos clients

- Si vous deviez avoir besoin de soins à l'avenir, préféreriez-vous les recevoir à domicile ou dans un autre environnement?
- Selon vous, qui devrait contribuer à fournir ou à coordonner ces soins?
- Avez-vous discuté de vos préférences avec les personnes susceptibles d'être concernées?
- Votre plan financier vous offre-t-il la souplesse nécessaire pour choisir les soins et le soutien que vous souhaitez?

Score : 75/100

Communauté

Se préparer dès aujourd’hui à répondre aux besoins de la communauté de demain

Le lieu de résidence peut avoir une incidence importante sur le bien-être, surtout à mesure que l’on vieillit. Les communautés qui offrent un accès facile aux soins de santé, à l’épicerie, aux services de transports, aux loisirs et aux lieux de rencontre peuvent aider les gens à rester actifs et autonomes à mesure que leur état de santé ou leur mobilité évoluent. Avec un score de 75, c’est dans ce domaine que les Canadiennes et Canadiens ont obtenu les meilleurs résultats.

Cependant, lorsqu’on leur a demandé quelles étaient leurs priorités actuelles, la « communauté » est arrivée en dernière position et présentait l’un des écarts les plus importants entre son importance actuelle et la valeur qui lui serait attribuée à un âge plus avancé.

Même s’il n’y a pas d’âge idéal pour commencer à se pencher sur les commodités du quartier, il peut être utile de s’y prendre à l’avance. Une enquête récente a révélé que, dans les cinq ans suivant leur départ à la retraite, la majorité des Canadiennes et Canadiens âgés continuaient de vivre dans la même résidence et n’avaient pas l’intention de déménager¹. Un déménagement peut entraîner des coûts émotionnels et financiers importants. Mais rester sans se demander si la communauté locale est en mesure de répondre à l’évolution des besoins peut également limiter les options futures.

¹ 40 ans de retraite : trouver l’équilibre entre les rêves et l’argent, Manuvie, 2025



Occasion pour le conseiller

Aborder la question de la communauté dès le début peut aider les conseillers à établir un lien entre les choix de vie futurs de leurs clients et leur santé, leurs finances, leurs relations et leur autonomie.

+12 points

Écart entre les scores des communautés urbaines et rurales.

77/100

Le score dans le domaine de la communauté en **Colombie-Britannique**, le plus élevé parmi les régions canadiennes.

8%

considèrent la communauté comme leur **priorité actuelle**.



Engagez la conversation avec vos clients

- Qu’appréciez-vous particulièrement dans votre quartier actuel?
- Pourriez-vous continuer à avoir accès aux soins de santé et aux produits de première nécessité si votre état de santé ou votre mobilité venaient à changer?
- Quels moyens de transport, quelles technologies ou quels soutiens communautaires pourraient vous aider à conserver votre autonomie?
- En quoi le fait de rester dans votre communauté ou de déménager aurait-il une incidence sur vos finances, vos relations et votre qualité de vie?



Score : 60/100

Activités quotidiennes

Aider les clients à prévoir des journées enrichissantes

Les activités quotidiennes peuvent aller de l'apprentissage de nouvelles choses à la pratique de loisirs, en passant par l'activité physique, le bénévolat et l'engagement au sein de la communauté. Ces activités peuvent donner aux gens un but dans la vie et les aider à rester actifs sur les plans physique, social et intellectuel à mesure qu'ils vieillissent.

Les Canadiennes et Canadiens ont obtenu une note de 60 dans ce domaine. Plus d'un tiers des personnes interrogées considèrent les activités enrichissantes comme une priorité actuelle, tandis qu'un nombre légèrement moins important estime qu'elles seront importantes pour leur bien-être lorsqu'elles seront plus âgées.

La retraite et l'évolution de l'état de santé peuvent avoir une incidence sur la façon dont les gens occupent leur temps et sur les activités auxquelles ils peuvent encore s'adonner. Anticiper l'avenir peut aider les clients à réfléchir aux habitudes, aux passe-temps et aux relations qu'ils souhaitent conserver, ainsi qu'à la manière dont leurs plans en matière de santé et de finances peuvent les y aider.



Occasion pour le conseiller

Les conversations sur les activités quotidiennes peuvent s'écarter des discussions habituelles entre conseillers et clients. Mais en demandant à leurs clients comment ils souhaitent passer leur temps, les conseillers peuvent mieux comprendre le mode de vie que leurs ressources financières sont censées soutenir.

+5 points

Écart de score dans le domaine des activités quotidiennes entre les personnes interrogées qui ont abordé des questions liées à **la planification de la longévité** avec leur professionnel des services financiers et celles qui ne l'ont pas fait.

35% contre 31%

35 % des personnes interrogées considèrent que **les activités quotidiennes** constituent une priorité aujourd'hui, tandis que 31 % pensent qu'elles sont importantes pour le bien-être à un âge avancé.



Engagez la conversation avec vos clients

- Quelles activités vous donnent le sentiment d'être impliqué, utile ou épanoui?
- Y a-t-il un passe-temps que vous avez toujours voulu essayer, mais pour lequel vous n'avez jamais trouvé le temps?
- Comment aimeriez-vous occuper votre temps si le travail occupait une place moins importante dans votre vie?
- Avez-vous tenu compte, dans votre plan financier, des activités qui comptent pour vous?

Score : 66/100

Finances

Personnaliser sa planification financière

Le domaine des finances figurait parmi ceux ayant obtenu les meilleurs résultats, avec une note de 66. Pourtant, près de deux répondants sur cinq âgés de plus de 50 ans disposent d'un revenu tout juste suffisant pour éviter des difficultés majeures, et bon nombre d'entre eux s'inquiètent de la hausse du coût de la vie². Le stress financier peut nuire au bien-être et empêcher les gens d'accéder aux soins de santé, de participer à des activités enrichissantes ou de s'adapter à l'évolution de leurs besoins.

Les professionnels des services financiers aident leurs clients à envisager d'autres aspects que la simple gestion de patrimoine. Près de la moitié des Canadiennes et Canadiens qui bénéficient des services d'un professionnel des services financiers affirment que celui-ci aborde avec eux des questions liées à la planification de la longévité. Ces clients ont affiché un score plus élevé, tant au niveau global que dans plusieurs domaines, notamment les finances, les soins, la santé et les liens sociaux.

² Perspectives sur le vieillissement au Canada : Enquête 2025 sur le vieillissement au Canada, 2026, Institut national sur le vieillissement



Occasion pour le conseiller

Ces discussions plus approfondies peuvent aider les conseillers à mettre en adéquation les ressources financières avec la santé, l'autonomie, les relations et la liberté de choix que les clients souhaitent conserver tout au long de leur vie.

66 contre 61

Scores globaux de l'indice LPI pour les personnes interrogées dont le professionnel des services financiers a abordé des questions liées à **la planification de la longévité** et pour celles dont le professionnel des services financiers ne l'a pas fait.

46%

des Canadiennes et Canadiens bénéficiant de conseils ont abordé les questions liées à la planification de la longévité avec leur **professionnel des services financiers**.

39%

seraient plus enclins à faire appel à un professionnel des services financiers qui adopterait **une approche globale** en matière de planification.

3%

décrivent l'approche de leur **professionnel des services financiers** comme étant véritablement globale, répondant à leurs besoins en matière de finances, de santé et de mode de vie.



Engagez la conversation avec vos clients

- Quels sont les aspects les plus importants que vous souhaitez voir financés par vos ressources financières à mesure que vous vieillissez?
- Quelle place occupent les voyages, les loisirs ou l'apprentissage continu dans vos projets d'avenir?
- Où vous voyez-vous vivre en vieillissant : rester là où vous êtes, emménager dans un logement plus petit ou déménager?
- Si vous viviez plus longtemps que prévu, quelles seraient les conséquences sur votre plan financier?



Score : 55/100

Santé

Faire le lien entre richesse et santé

La santé est une priorité absolue pour la population canadienne, mais le niveau de préparation dans ce domaine n'est que de 55. Le domaine de la santé englobe la santé physique, mentale et émotionnelle dans son ensemble, ainsi que les habitudes telles que l'activité physique, l'alimentation et le sommeil.

La santé peut avoir une incidence sur presque tous les autres aspects de la préparation à la longévité. Les changements liés à la santé peuvent avoir une incidence sur la durée de la vie active, le lieu de résidence, les soins dont les personnes ont besoin, la façon dont elles occupent leur temps, ainsi que les ressources financières nécessaires pour conserver leur autonomie et leur qualité de vie.

Même si les traitements et les soins prennent davantage d'importance à mesure que l'on vieillit, la prévention commence bien plus tôt. L'adoption d'habitudes saines et la connaissance des ressources disponibles peuvent aider les clients à préserver leur santé, leur autonomie et leur liberté de choix tout au long de leur vie.



Occasion pour le conseiller

Les conseillers n'ont pas à donner de conseils en matière de santé. Mais le simple fait de demander en quoi la santé pourrait influencer sur les projets d'avenir d'un client peut transformer la discussion sur la planification financière.

67%

considèrent la santé comme **leur priorité actuelle.**

59/100

Score dans le domaine de la santé chez les personnes interrogées qui ont actuellement recours aux services **d'un professionnel des services financiers.**

+5 points

Écart de score dans le domaine de la santé entre les personnes interrogées qui ont abordé des questions liées à la planification de la longévité avec leur professionnel des services financiers et celles qui ne l'ont pas fait.



Engagez la conversation avec vos clients

- Comment définiriez-vous le fait de « bien vivre » lorsqu'on vieillit?
- Quelles activités ou quels aspects de votre mode de vie vous tiennent le plus à cœur?
- En quoi un changement dans votre santé physique, mentale ou cognitive pourrait-il avoir une incidence sur vos projets d'avenir?
- Votre plan financier offre-t-il suffisamment de souplesse si vos besoins ou vos priorités en matière de santé venaient à changer?

Score : 53/100

Logement

Poser la question du vieillissement à domicile

Préparer son domicile pour vieillir, c'est s'assurer qu'il restera sûr, accessible et facile à gérer à mesure que les besoins évoluent. Le domaine du logement porte sur les caractéristiques qui favorisent la mobilité et l'autonomie, notamment les entrées accessibles, la possibilité de vivre entièrement au rez-de-chaussée et l'accès à des services d'entretien.

Les Canadiennes et Canadiens ont obtenu un score de 53 dans ce domaine, ce qui indique qu'il reste une marge d'amélioration en matière de préparation. Des changements au niveau de la santé ou de la mobilité peuvent nécessiter des adaptations au domicile, l'utilisation de technologies, un soutien pour l'entretien ou de l'aide pour les tâches quotidiennes. Des caractéristiques telles qu'une entrée sans marche ou une chambre et une salle de bain situées au rez-de-chaussée peuvent aider une personne à continuer de vivre de façon autonome.

Vieillir chez soi est peut-être l'objectif, mais le logement n'est qu'une partie du tableau. Les clients peuvent également avoir besoin d'un accès à des soins, à des services de transport, à des services communautaires et à des ressources financières pour que le maintien à domicile reste une option viable à long terme.



Occasion pour le conseiller

Aborder la question du vieillissement à domicile peut aider les conseillers à établir un lien entre les préférences en matière de logement et l'état de santé futur des clients, leurs besoins en matière de soins, leur autonomie et leurs plans financiers.

50/100

Score du domaine du logement parmi les ménages dont le revenu est égal ou **supérieur à 100 000 \$**

59 contre 52

Scores du domaine du logement parmi les personnes interrogées **bénéficiant d'une assurance pour soins** de longue durée par rapport à celles qui n'en disposent pas.

54 contre 51

Scores du domaine du logement parmi les personnes interrogées qui sont actuellement accompagnées par **un professionnel des services financiers**, par rapport à celles qui ne le sont pas.

Différentes options de logement pour les personnes âgées



Vieillir chez soi



Changer pour un logement plus grand ou plus petit



Vivre en famille



Établissements de soins de longue durée



Village-retraite



Engagez la conversation avec vos clients

- Votre logement pourrait-il continuer à répondre à vos besoins si votre état de santé ou votre mobilité venaient à changer?
- Quels changements faudrait-il apporter pour que vous puissiez continuer à vivre chez vous en toute sécurité et en toute autonomie?
- Qui pourrait vous aider pour l'entretien, les tâches ménagères ou d'autres formes de soutien?
- En quoi des travaux de rénovation, un changement de logement vers un logement plus petit ou un déménagement pourraient-ils avoir une incidence sur votre plan financier et votre qualité de vie?





Score : 60/100

Phases de la vie

Préparer les clients à bien plus qu’une date de départ à la retraite

Les phases de la vie peuvent englober de nombreux types de changements, mais ce domaine de l’indice LPI porte spécifiquement sur la transition vers la retraite. Il cherche à déterminer si les personnes se sentent prêtes sur le plan émotionnel à prendre leur retraite, si elles font le bilan de leur vie dans son ensemble et si elles ont réfléchi à l’héritage qu’elles laisseront.

Les Canadiennes et Canadiens ont obtenu une note de 60 dans ce domaine. Le niveau de préparation tend généralement à augmenter avec l’âge et atteint son maximum chez les personnes interrogées qui sont déjà à la retraite, ce qui pourrait témoigner d’un changement de regard chez les personnes ayant franchi le cap de la retraite.

La préparation financière ne représente qu’une partie de la transition. La retraite peut également changer la façon dont les gens occupent leur temps, trouvent un sens à leur vie, entretiennent leurs relations et réfléchissent à l’empreinte qu’ils souhaitent laisser. Aborder ces changements avant la retraite peut aider les clients à harmoniser leur planification financière avec la vie qu’ils souhaitent mener après leur départ à la retraite.



Occasion pour le conseiller

Pour les conseillers, cela offre l’occasion de voir au-delà de la date de départ à la retraite et d’aider les clients à réfléchir à la manière dont leurs ressources, leurs valeurs et leurs priorités peuvent les aider à aborder la prochaine étape de leur vie.

72 contre 56

Scores du domaine des phases de la vie chez les personnes interrogées qui sont déjà à **la retraite** par rapport à celles qui travaillent encore.

65 contre 56

Scores du domaine des phases de la vie parmi les personnes interrogées qui sont actuellement accompagnées par **un professionnel des services financiers**, par rapport à celles qui ne le sont pas.

68 contre 62

Scores du domaine des phases de la vie entre les personnes interrogées qui ont abordé des questions liées à la planification de la longévité avec leur **professionnel des services financiers** et celles qui ne l’ont pas fait.



Engagez la conversation avec vos clients

- Selon vous, quel sera le plus grand changement dans votre vie quotidienne lorsque vous prendrez votre retraite?
- Dans quelle mesure vous sentez-vous prêt à faire face aux changements personnels et émotionnels liés à la retraite?
- À quoi aimeriez-vous que ressemble la prochaine étape de votre vie?
- Comment votre plan financier peut-il vous aider à mener la vie et à laisser l’héritage que vous souhaitez à la retraite?

Score : 69/100

Liens sociaux

Créer des liens sociaux

Le score des Canadiennes et Canadiens s'élève à 69 en matière de liens sociaux, ce qui est relativement élevé. Dans ce domaine, être bien préparé, c'est se sentir utile, écouté et compris, entretenir des relations étroites et durables, communiquer régulièrement et passer du temps avec les autres.

Les liens sociaux peuvent avoir une incidence sur la santé physique et mentale, l'accès au soutien et la capacité à vivre de façon autonome. La retraite peut également modifier les relations quotidiennes, en particulier celles liées au travail. Il est donc important de réfléchir à la manière dont les clients maintiendront leurs relations existantes et en noueront de nouvelles au fil du temps.

La souplesse financière peut aider les clients à participer à des activités, à voyager, à utiliser la technologie et à avoir accès à des services de transport qui leur permettent d'entretenir les relations importantes. Elle peut également offrir davantage d'options aux clients si le soutien auquel ils s'attendaient de la part d'un membre de la famille, d'un aidant ou de la communauté n'est pas disponible.



Occasion pour le conseiller

En s'intéressant aux personnes et aux activités qui comptent pour leurs clients, les conseillers peuvent mieux comprendre le mode de vie que leurs ressources financières sont censées soutenir.

+6 points

Un meilleur lien social parmi les personnes interrogées qui sont actuellement accompagnées par **un professionnel des services financiers**, par rapport à celles qui ne le sont pas.

76 contre 71

Scores globaux dans le domaine des liens sociaux pour les personnes interrogées dont le professionnel des services financiers a abordé **des questions liées à la planification de la longévité**, par rapport à celles dont le professionnel des services financiers ne l'a pas fait.

36% contre 31%

36 % des personnes interrogées considèrent que les liens sociaux constituent une priorité aujourd'hui, tandis que 31 % pensent qu'ils sont importants pour le bien-être à un âge avancé.



Engagez la conversation avec vos clients

- Quelles relations et activités sociales sont les plus importantes pour votre bien-être en ce moment?
- En quoi votre vie sociale et votre réseau de soutien pourraient-ils changer si le travail occupait une place moins importante dans votre vie?
- Sur qui pourriez-vous compter si votre état de santé, votre mobilité ou votre autonomie venaient à changer?
- Votre plan financier tient-il compte de ce dont vous pourriez avoir besoin pour rester en contact avec les autres et maintenir une vie sociale active?

Engager la conversation sur *la longévité*

L'indice LPI met en évidence les domaines dans lesquels les Canadiennes et Canadiens sont bien préparés à vivre plus longtemps et ceux où des lacunes subsistent. Il offre également un cadre auquel les conseillers peuvent se référer tout au long de la relation avec le client, aidant ainsi ce dernier à anticiper les changements et à harmoniser ses plans financiers avec la santé, l'autonomie et la liberté de choix qu'il souhaite conserver tout au long de sa vie.

La planification de la longévité *évolue* avec le client

La planification de la longévité ne se résume pas à une simple discussion au moment de la retraite. Même si chaque domaine peut être pertinent à tout âge, les besoins et les priorités des clients peuvent évoluer au fil du temps.



●

Début de l'âge adulte
Poser les bases
Adopter des habitudes saines, renforcer sa résilience financière et commencer à planifier ses objectifs à long terme.



●

Milieu de vie
Approfondir la discussion
Réfléchir à la façon dont la santé, les relations, les activités enrichissantes, les responsabilités familiales et les besoins futurs en matière de logement pourraient avoir une influence sur ce plan.



●

À l'approche de la retraite
Se préparer à une nouvelle étape
Mettre les ressources financières au service de la vision du client en matière de santé, de logement, de communauté, de sens de la vie, de soins et d'autonomie.



●

Fin de vie
Faire en sorte que le plan continue d'évoluer
Réévaluer le plan à mesure que l'état de santé, les besoins en matière de soins, les relations, le logement et les priorités évoluent. La retraite ne marque pas la fin de la planification, mais constitue une étape qui peut s'accompagner d'autres transitions.

Mettre en *pratique* la planification de la longévité

1



Commencez par la vie

Cherchez à comprendre comment les clients envisagent leurs vieux jours, notamment ce qu'ils espèrent continuer à faire, où ils souhaitent vivre et ce que signifie pour eux l'autonomie.

2



Passez en revue les différents aspects

Réfléchissez à la manière dont la santé, les soins, le logement, les relations, le sens de la vie et les étapes importantes de la vie pourraient influencer sur cette vision et sur le plan financier sur lequel elle repose.

3



Anticipez le changement

Examinez comment les besoins et les priorités des clients pourraient évoluer et déterminez si leurs plans sont suffisamment souples pour s'adapter à ces changements.

4



Mettez en lien les besoins et le soutien

Déterminez dans quels cas des conseils, des mesures de prévention, des mesures de protection, des avantages ou des solutions financières pourraient contribuer à favoriser la santé, la résilience, l'autonomie et la liberté de choix des clients.



Poursuivre la conversation

Les suggestions de conversation présentées tout au long du présent rapport sont regroupées dans le Guide de ressources à l'intention des conseillers qui l'accompagne.

Les conseillers n'ont pas besoin d'avoir toutes les réponses. En posant des questions plus générales et en y revenant au fil du temps, les conseillers peuvent aider leurs clients à passer d'une préparation financière à la retraite à une préparation plus complète à la longévité.

Méthodologie

L'enquête de l'indice LPI a été menée en ligne, en anglais et en français, à l'aide de KnowledgePanel d'Ipsos. L'échantillon représentatif comprenait 1 025 Canadiennes et Canadiens âgés de 18 ans et plus, avec un suréchantillon au Québec afin de permettre la comparaison. Les réponses ont été pondérées afin de refléter la composition de la population canadienne. Les données ont été recueillies du 3 au 10 juin 2026.



Manuvie n'est pas affiliée au Massachusetts Institute of Technology (MIT) AgeLab, et les deux parties déclinent toute responsabilité à l'égard des obligations de l'autre partie. Ce document ne constitue pas une recommandation en faveur d'un produit, d'un service ou d'une organisation en particulier; il n'a pas non plus pour but de fournir des conseils en matière de finances, de placements, d'assurances ou de santé. Ce document vise à sensibiliser le public et est destiné uniquement à des fins éducatives.

Manuvie, le M stylisé et Manuvie & M stylisé sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance-Vie Manufacturers et sont utilisés par elle, ainsi que par ses sociétés affiliées sous licence.

© La Compagnie d'Assurance-Vie Manufacturers, 2026. Tous droits réservés. Manuvie, C. P. 396, Waterloo (Ontario) N2J 4A9