




# Anticiper son projet de retraite : revenus, activité, vie sociale

 08/07/2020

## Précisez votre projet de retraite

La retraite ouvre un tout nouveau chapitre de la vie. Et il y a une infinité de manières de l'écrire. Faire des voyages, s'occuper de vos petits-enfants, réaliser un projet prévu de longue date, vous investir dans une cause, reprendre des études, partir à la campagne, continuer à travailler peut-être autrement, etc. Afin d'évaluer votre projet et les ressources dont vous aurez besoin, il est important, dans la mesure du possible, d'avoir une idée de ce que vous souhaitez faire de vos années de retraite, ainsi que des contraintes qui s'imposeront à vous.

## Les bonnes questions à se poser pour préparer sa retraite

### Quel sera votre lieu de résidence à la retraite ?

Comptez-vous rester au même endroit, déménager dans un logement plus petit, partir dans une autre région, vous installer à l'[étranger](#) ? Avez-vous des projets de travaux ? Beaucoup de facteurs entrent en jeu dans ce choix du lieu de résidence : la proximité de vos enfants, de vos parents, de vos amis, le style de vie que vous souhaitez mener... Certains choisissent même de partager l'année entre 2 lieux de résidence, ce qui suppose une certaine organisation. C'est une question à considérer longtemps à l'avance.

### Quelles activités faire à la retraite ?

Pensez-vous arrêter tout travail rémunéré ? Souhaitez-vous poursuivre votre activité dans le cadre du cumul emploi-retraite ? En commencer une nouvelle, que ce soit pour accroître vos revenus ou simplement par choix ? Préférez-vous un engagement dans l'humanitaire, la poursuite d'un projet artistique, d'un projet d'écriture, etc. ? La question de l'activité entre doublement dans l'équation : elle peut conditionner votre lieu de vie et modifier vos ressources.

## Quel sera votre train de vie ?

Souhaitez-vous voyager ? Poursuivre vos hobbies ? En commencer des nouveaux ? Selon que vous envisagiez une vie sociale et culturelle très animée (réceptions, restaurants, sorties) et/ou privilégiez les activités de sport et nature, la vie domestique, la cuisine, la lecture, etc. Vos choix financiers et résidentiels seront différents. Il est important de se poser ces questions très en avance.

## Quelle est votre situation familiale à la retraite ?

Avez-vous des enfants ou des proches encore à charge, ou que vous souhaitez aider ? Des parents âgés, en situation de dépendance ? Là encore, vos choix seront largement conditionnés par votre situation familiale.

## Estimer ses futurs besoins

Il est essentiel de chiffrer au moins approximativement ces projets et contraintes, afin de vous assurer de disposer des ressources nécessaires au moment d'arriver à la retraite.

### Les idées reçues sur la vie de retraité

En effet, selon une étude menée par Schroders début 2018 auprès de 22 000 épargnants, 20 % des retraités français estiment ne pas avoir de revenus suffisants, et **44 % aimeraient disposer de plus de ressources**.

Les actifs, de leur côté, estiment qu'ils ne consacreront, une fois à la retraite, que 30 % de leurs ressources aux dépenses de subsistance (nourriture, vêtements, logement). Or, en pratique, les retraités allouent en moyenne 46 % de leurs revenus à ces dépenses. Et les Français ne sont pas une exception : à l'échelle des 30 pays étudiés, 35 % des retraités regrettent de n'avoir pas anticipé davantage leur retraite !

L'[Insee](#) a montré que la consommation globale des ménages baisse après la retraite. Mais la composition des dépenses change également. Un gros investissement en équipements de la maison intervient au moment du départ en retraite, parfois lié à un déménagement. Mais ce poste baisse ensuite, au même titre que les budgets transport, loisirs, vêtements et même alimentation. En revanche, le loyer, l'énergie, les services à domiciles occupent dans le budget des retraités une part qui augmente régulièrement avec l'âge.

## Comment évaluer ses besoins avant et après le départ à la retraite ?

### Conseil pour la retraite, estimez votre budget actuel

La première étape est de vous faire une idée aussi précise que possible de votre budget avant la retraite. Le plus simple est sans doute d'analyser vos relevés bancaires de l'année écoulée, en utilisant une feuille Excel, un logiciel de comptabilité pour particuliers, ou simplement un cahier, en isolant les principaux postes de dépenses :

- Logement (loyers, remboursements, assurances, charges de copropriété, électricité, gaz, eau, fuel, travaux récurrents, etc.) ;
- Transports (carburant, assurance auto, transports en commun, etc.) ;

- Alimentation (courses, etc.) ;
- Télécommunications (téléphones, internet) ;
- Habillement ;
- Santé (mutuelle, soins, etc.) ;
- Loisirs (voyages, restaurants, etc.) ;
- Services (ménage, garde d'enfants, etc.) ;
- Famille ;
- Épargne ;
- Impôts ;
- etc.

## Évaluez l'évolution des dépenses à la retraite

Ce travail d'estimation du budget est utile pour identifier les postes qui sont susceptibles de diminuer ou d'augmenter.

Beaucoup de dépenses pourront diminuer.

Ainsi, il est fréquent que les dépenses de logement baissent au moment de la retraite. Il est par exemple possible de réduire ce poste en déménageant dans un appartement (ou une maison) de moindre surface, ou dans une région où le coût de la vie et de l'immobilier sont moins élevés.

Il est aussi possible de vendre son ancienne résidence principale pour habiter dans sa résidence secondaire. Le fait d'avoir du temps pour s'occuper soi-même de l'entretien de la maison peut également diminuer la dépense liée au logement. De plus, la retraite coïncide souvent avec la période où vous achevez de rembourser votre emprunt immobilier. Le mode de vie à la retraite peut également permettre des économies dans la vie quotidienne. Avoir du temps permet de cuisiner, de faire des courses intelligemment, de planifier les repas. L'économie peut être significative, mais il ne faut pas non plus la surestimer ! Il en va de même pour les postes « Loisirs » et « Transports » : à niveau de prestation égale, le fait de ne plus être contraint par le calendrier permet de profiter des bonnes affaires, d'horaires décalés, d'abonnements, de tarifs de basse saison – sans oublier les tarifs réservés aux retraités et aux personnes âgées.

L'évolution de votre situation familiale peut jouer en faveur d'une baisse des charges. La retraite correspond souvent au moment où les enfants prennent leur indépendance financière. Mais selon votre situation, il se peut aussi que vous ayez à vous occuper de vos parents.

Au moment du passage à la retraite, il est par ailleurs probable que vous limitiez votre effort d'épargne. Vous entrez sans doute dans une phase où au contraire vous allez peut-être commencer à puiser sur l'épargne que vous avez constituée en vue de votre retraite. C'est le moment où vous liquidez vos éventuels produits d'épargne ([PER Individuel](#), PER d'entreprise, [Perp](#), [Perco](#), Madelin, assurance vie...). Les sommes que vous prélevez chaque mois sur votre revenu pour alimenter ces dispositifs ne grèveront plus votre budget.

Enfin, votre niveau d'imposition devrait baisser. La [CSG](#) sur les pensions de retraite est légèrement moins élevée que sur les revenus du travail (8,3 % au lieu de 9,2 %). Sur les faibles pensions, elle est même de 6,6 %, voire 3,8 % et peut même être totalement exonérée. Bien sûr, vos revenus diminuant, votre impôt sur le revenu sera plus faible. À noter que l'avantage fiscal lié à la déduction forfaitaire de 10 % est plafonné nettement plus bas que pour les actifs. De plus, une partie de vos revenus proviendra peut-être, désormais, de rentes défiscalisées partiellement (PER d'entreprise, Perco, [assurance vie](#)), voire totalement (PEA).

D'autres dépenses, cependant, peuvent augmenter :

- Les dépenses familiales si vous avez des parents âgés ;
- Les dépenses de santé. Il vous faudra payer une complémentaire santé sans l'assistance de votre employeur, et les tarifs des mutuelles augmentent avec l'âge du bénéficiaire.

## Comment estimer l'évolution de vos revenus à la retraite ?

Face à vos dépenses, il s'agit maintenant d'évaluer vos ressources.

### Vos pensions de retraite

Par définition, vos pensions de retraite sont moins élevées que votre revenu d'activité. Plus ceux-ci étaient élevés pendant votre vie professionnelle, plus le « [taux de remplacement](#) », c'est-à-dire le rapport entre vos pensions de retraite et vos derniers revenus du travail, est faible. Pour en savoir plus sur votre taux de remplacement, une [Estimation indicative globale](#) (EIG) vous est envoyée par votre caisse de retraite à partir de vos 55 ans, puis tous les 5 ans. Elle vous permettra d'y voir plus clair sur le montant de vos pensions de retraite en fonction de différentes hypothèses d'âge de départ.

Vous pouvez accéder à votre EIG directement en ligne. Vous obtenez ainsi vos données actualisées plus rapidement. Pour cela, il suffit de vous connecter au site Info retraite.

### Le taux de remplacement des départs en retraite

Selon les chiffres du Conseil d'orientation des retraites, en moyenne, pour la génération née en 1946, le taux de remplacement est de [74 %](#) pour les hommes et de 72,5 % pour les femmes. Il est d'environ 75 % pour les personnes ayant effectué une carrière complète. Pour les plus bas salaires (en dessous de 1 250 € par mois), il peut monter au-dessus de 90 %. À l'inverse, pour les revenus les plus élevés (au-dessus de 4 000 €/mois), le taux de remplacement descend en dessous de 60 %.

Les taux de remplacement des anciens salariés du privé et des anciens fonctionnaires sont très proches. Ils sont moins élevés pour les non-salariés, même si l'écart avec les salariés s'est réduit.

Surtout, au fil des générations, le taux de remplacement a tendance à diminuer. Il est donc de plus en plus nécessaire de trouver des compléments de revenus à la retraite.

### Vos autres revenus

Les pensions de retraite ne sont pas toujours votre seul revenu. En fonction de vos choix avant et après la retraite, vous pourrez percevoir également :

- des [rentes viagères](#) issues de placements (produits retraite, assurance vie, PEA, etc.) ;
- des loyers ;
- des revenus d'activité si vous continuez à travailler ;
- [d'autres types de revenus](#), comme des droits d'auteur par exemple.

Suivant les conditions de votre départ (à votre initiative ou non, ancienneté, etc.), vous pouvez ainsi bénéficier [d'indemnités de départ](#) ou de mise à la retraite. Si vous quittez votre entreprise dans le cadre d'un plan de sauvegarde de

l'emploi, ces indemnités sont exonérées d'impôt et même en partie de cotisations sociales. Ces sommes sont à prendre en compte dans votre budget de la première année.

## Se renseigner sur les aides existantes pour les retraités

En fonction de votre situation, des dispositifs existent pour améliorer vos ressources, en particulier si vous percevez une pension réduite.

### Aides pour la retraite : le minimum contributif

Il existe d'abord des minima de pensions : le [minimum contributif](#) (ou minimum garanti pour les fonctionnaires), si vous avez cotisé sur des montants faibles ; l'Allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA, ex-minimum vieillesse) si vos revenus sont inférieurs à certains plafonds. D'autres prestations sont réservées aux personnes à faibles ressources, pour les aider à financer l'assurance maladie, le logement, l'assistance à domicile.

### La Protection universelle maladie (PUMA)

Pour les frais de santé, il existe la Protection Universelle Maladie (PUMA), la Couverture maladie universelle complémentaire (CMU-C) et l'Aide à la complémentaire santé (ACS). Ces aides sont attribuées si vos revenus ne dépassent pas certains plafonds. Au-dessus de 60 ans, l'ACS s'élève à 550 € par an, et permet de réduire significativement la facture de la mutuelle.

### L'allocation logement quand on est retraité

Pour le logement, plusieurs types d'allocations sont destinées aux personnes à faibles ressources, qu'ils habitent dans leur propre domicile ou en Établissement hospitalier pour personnes âgées dépendantes (Ehpad) : l'Aide personnalisée au logement (APL), l'Allocation de logement sociale (ALS), l'Aide sociale à l'hébergement (ASH), l'Allocation personnalisée d'autonomie (APA) en établissement ou encore l'Allocation de logement familiale (ALF) La caisse de retraite peut également, sous certaines conditions, participer au financement de travaux d'aménagement de votre domicile.

### L'allocation personnalisée d'autonomie (APA)

Enfin, si vous êtes en situation de dépendance et que vos ressources sont faibles, vous pouvez avoir droit à des aides chez vous : [l'APA à domicile](#) ou l'aide-ménagère à domicile.

## Projet retraite : faites des choix !

Une fois que vous avez évalué vos besoins et vos ressources à la retraite, il vous reste à les comparer de manière réaliste. S'il vous manque, objectivement, du revenu pour financer l'ensemble de votre projet de vie, il faudra faire des choix !

Ils peuvent être de plusieurs natures. Vous pouvez renoncer à certains aspects de votre style de vie (une seule résidence, un logement plus petit, moins de voyages...). Vous pouvez également prévoir une source de revenu complémentaire, en reprenant une activité partielle, si vous ne l'aviez pas déjà envisagé ; en mettant un bien en location, ou une partie de votre habitation. Mais vous pouvez aussi, en vous y prenant suffisamment à l'avance, prendre des décisions d'épargne qui amélioreront votre revenu à la retraite. Plus vous effectuerez ce calcul de manière anticipée, plus il vous reste du temps pour épargner dans ce but. Assurance vie, immobilier locatif, PEA... les investissements possibles ne manquent pas !

# Ce qu'il faut retenir sur comment anticiper mes revenus à la retraite

- Prendre sa retraite implique une perte de revenus : il faut s'y préparer à l'avance.
- Précisez dès que possible votre projet de vie à la retraite : lieu de résidence, activité, style de vie...
- Évaluez vos ressources futures, en n'oubliant rien : pensions, rentes, loyers, revenus d'activité, aides sociales, impôts, etc.
- Confrontez votre projet à vos ressources futures, et faites des choix : épargner davantage aujourd'hui ou modifier votre projet de vie à la retraite.