Retraité sans enfants : quels enjeux financiers et relationnels ?

23/09/2024

En France, le nombre d'enfant(s) par femme est en baisse depuis 2010 et de plus en plus de retraités arrivent à l'âge de la retraite sans enfants. Si c'est votre cas, vous vous posez peut-être des questions : comment maintenir ou créer des liens aussi forts que ceux de la famille ? Qui prendra soin de vous en cas de perte d'autonomie ? À qui transmettre votre patrimoine ? Voici tout ce que vous devez savoir pour profiter pleinement de votre retraite.

Comment créer des liens aussi forts que ceux de la famille ?

Les familles répondent parfois aux besoins de vie sociale des retraités. Mais ce n'est pas toujours le cas. Avec ou sans enfant, il est important de se construire un entourage avec lequel vous vous sentez heureux, inspiré, soutenu.

Voici quelques idées pour créer du lien avec les autres et développer de nouvelles amitiés.

Rencontrez des gens à travers de nouvelles activités :

- Devenez bénévole ou volontaire pour des événements ou des associations ;
- Partagez vos connaissances et votre savoir-faire à travers le mécénat de compétences ;
- Faites du cumul emploi-retraite dans un secteur qui vous intéresse, et faites-vous de nouveaux collègues ;
- Commencez une nouvelle activité (association, club sportif, clubs seniors…) pour rencontrer d'autres passionnés et curieux.

Choisissez un mode d'habitat qui facilite la vie sociale :

- Optez pour la colocation entre seniors ou entre générations ;
- Emménagez en maison de retraite non médicalisées (ou résidences services), papy-loft, ou béguinage — des

logements qui facilitent grandement le lien entre les résidents ;
- Choisissez l'accueil familial si vous ne pouvez ou ne voulez plus vivrez chez vous, de façon temporaire ou définitive, sans pour autant aller en établissement.

En savoir plus sur Les solutions de logement pour les seniors.

Profitez des nouvelles technologies pour votre vie sociale :

- Rejoignez des applications de rencontres amicales ou amoureuses ;
- Échangez avec d'autres internautes sur des réseaux sociaux, forums et groupes en lien avec vos centres d'intérêts.

Qui prendra soin de vous en cas de perte d'autonomie ?

La dépendance augmente avec l'âge. Entre 65 et 74 ans, 1,45 % des retraités sont en situation de dépendance. Le chiffre grimpe à 18,4 % pour les 85 ans et plus. Qui prendra soin de vous en cas de perte d'autonomie ? Eh bien, les mêmes acteurs qui prennent soin de tous les autres retraités, c'est-à-dire les associations et les services de l'État (voire ci-dessous).

Du côté financier, il existe plusieurs aides comme :

- **l'Allocation personnalisée d'autonomie (Apa)**, sous conditions d'âge et de perte d'autonomie ;
- **l'Allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa)**, pour les retraités avec de faibles ressources ;
- **l'aide ménagère**, en cas de difficultés à faire certains gestes du quotidien ;
- **la prise en charge des repas**, si votre état de santé ne vous permet plus de cuisiner.

Vous pouvez aussi souscrire une assurance dépendance pour couvrir les frais de services à la personne, de soins ou d'hébergement en maison de retraite.

Du côté social, si vous vous sentez en situation de détresse ou avez besoin d'échanger avec quelqu'un, il existe plusieurs services publics comme :

- **39 77** — le numéro national d'écoute dédié aux personnes âgées et aux adultes en situation de handicap victimes de maltraitance ;
- **le 0 800 360 360** — pour entrer en relation avec des acteurs impliqués dans l'accompagnement des personnes handicapées près de chez vous, qui se coordonnent pour vous apporter des solutions adaptées ;
- **31 14** — numéro national de prévention de suicide, pour parler à un infirmier ou un psychologue formé à cette écoute ;
- **Agri'écoute**, pour les adhérents de la MSA (salariés et exploitants agricoles) en détresse ;

Les associations proposent aussi une présence et une écoute auprès des personnes âgées, par exemple : Au bout du fil, SOS Amitié, la Croix-Rouge, Petits Frères des Pauvres (avec leur service Solitud'écoute), etc.

À qui transmettre votre patrimoine (et autres questions de succession) ?

Vous êtes marié

Si vous n’avez pas d’enfant, votre patrimoine ira à vos parents et à votre époux. Dans cette situation, votre époux est considéré comme héritier réservataire, c’est-à-dire que vous ne pouvez pas le déposséder d’une certaine fraction de votre héritage, qui lui revient de droit.

Vous n’êtes pas marié

Si vous n’êtes pas marié, votre patrimoine ira à vos parents, vos frères et vos sœurs. Si vous n’avez pas de famille proche, ce sont vos oncles, tantes, cousins et leurs descendants qui seront les héritiers.

Vous n’avez aucune famille proche

En dernier lieu, en l’absence de famille du 6e degré de parenté et en l’absence de testament,**c’est l’État qui récupère le patrimoine du défunt**. Cependant, les généalogistes peuvent également obtenir une part de cet héritage. Leur travail consiste à identifier les éventuels parents éloignés du défunt. Pour cette mission, ils peuvent percevoir jusqu'à 40 % de la valeur des biens, mais ne peuvent entreprendre ces recherches qu'à la demande d'un notaire, d'un cohéritier ou d'une autorité publique, et après avoir présenté un devis.

Le testament : Écrire votre testament vous permet de choisir à qui vous voulez transmettre votre patrimoine. Vous devez respecter la part qui revient à l’héritier réservataire, mais vous êtes libre de distribuer le reste comme bon vous semble : à un ami, un aidant, de la famille éloignée ou même une association qui vous tient à cœur. Dans ce dernier cas, il s’agit d’un legs.

Vieillir sans enfants n’est finalement pas une situation si différente des autres. Ce sont les mêmes solutions qui s’offrent à vous pour créer des liens sociaux forts et sécurisants. Et en cas de difficultés, vous bénéficiez de services publics et associatifs qui vous offrent de l’écoute, de l’accompagnement et des aides matérielles. Avec de l’anticipation et une connaissance minimale des options, vous avez toutes les cartes en main pour profiter pleinement de votre retraite.

© Copyright La retraite en clair 2019 Accessibilité partiellement conforme