

L'assureur vie NN a mené une enquête pour savoir si les Belges sont prêts à vivre plus longtemps. 10.000 Belges se sont penchés sur la question et partagent leur vision d'une vie plus longue.

10.000 Belges se sont penchés sur la question d'une vie plus longue et partagent le même avis : le travail, la sécurité sociale et notre schéma de vie doivent changer.



À propos de l'enquête 'Vivre plus longtemps'

Grâce à une enquête citoyenne à grande échelle, l'assureur vie NN a étudié la mesure dans laquelle les Belges et la société au sein de laquelle nous vivons aujourd'hui sont prêts pour une vie plus longue. L'étude se base sur une espérance de vie saine et plus longue et s'est déroulée en deux phases.

Phase 1 : L'étude préliminaire, mise en place par le bureau de recherche indépendant Indiville et commanditée par NN, a été réalisée en ligne auprès de 1.564 Belges entre le 22 avril et le 20 mai 2020. La population d'étude est composée de personnes ayant entre 18 et 79 ans et est représentative pour la Belgique. La marge d'erreur maximale est de 2,5 %.

Phase 2 : Cette étude préliminaire était le point de départ d'une **étude plus large**, menée par le bureau de recherche indépendant Indiville à la demande de NN. Cette étude a été menée en ligne auprès de 8.400 Belges entre le 23 septembre et le 31 décembre 2020 via les sites internet <https://www.nn.be/fr/vivre-plus-long-temps> et <https://www.nn.be/nl/langer-leven>. La population d'étude est composée de personnes âgées de 15 à 94 ans. Pour l'analyse, un échantillon représentatif a été constitué à partir de tous les participants. Cet échantillon contient 1.900 répondants et est représentatif pour la Belgique. La marge d'erreur maximale est de 2,3 %.

Dans les deux études, les Belges ont répondu à des questions portant sur la manière dont ils perçoivent la société aujourd'hui, mais aussi sur comment ils la percevraient s'ils vivaient 100 ou 200 ans.

Au total, 9.993 personnes ont été interrogées en 2020 sur la question de l'allongement de la durée de vie.

Résumé : Vivre une vie longue et heureuse n'est envisageable que si notre système de sécurité sociale, l'organisation du travail et notre schéma de vie évoluent.

Entre septembre et décembre, 10.000 Belges se sont penchés sur la question de l'allongement de l'espérance de vie, la leur mais aussi celle de leurs enfants et petits-enfants. Car une vie plus longue a des répercussions majeures sur notre société. L'assureur vie NN et le bureau de recherche indépendant Indiville ont interrogé 10.000 Belges au sujet des adaptations nécessaires au sein de notre société pour qu'une vie longue signifie aussi une vie heureuse. Les analyses font ressortir trois priorités : en résumé, la manière dont nous travaillons, la manière dont notre système de sécurité sociale fonctionne et la manière dont nous structurons notre vie (études, travail, pension) doivent changer.

Nous remarquons toutefois que les Belges ne se sentent pas responsables : les Belges laissent aux autres le soin de préparer notre société à une vie plus longue. Ce n'est, d'après eux, pas leur responsabilité.

Autre fait marquant, les jeunes sont les grands absents de cette enquête citoyenne. Malgré de nombreux efforts, ce groupe semble porter peu d'intérêt au sujet, alors que c'est justement cette génération qui pourra profiter des avantages d'une vie plus longue et d'une meilleure préparation à une telle situation. Un problème majeur se dessine si les jeunes ne sont pas disposés à échanger et réfléchir au futur.

Les Belges identifient trois domaines où des adaptations doivent avoir lieu. D'après eux, il s'agit surtout de la manière dont nous travaillons, la sécurité sociale et la manière dont nous structurons notre vie.

- ▶ **La manière dont nous travaillons doit changer.** 68 % des Belges recherchent activement des solutions pour réduire le stress et 54 % se sentent souvent, voire toujours, épuisés à la fin de la journée. Cela signifie qu'aujourd'hui seuls 12 % des Belges affirment exercer un métier qu'ils pourraient encore exercer sans difficulté jusqu'à l'âge de 70 ans. **Le changement est nécessaire.** Le point positif est que 67 % sont ouverts à un changement de carrière en profondeur.
- ▶ **La sécurité sociale doit évoluer. Mais comment peut-elle changer quand l'âge de la pension des Belges n'évolue pas lui-même ?** La moitié des Belges estiment qu'ils ont suffisamment travaillé à l'âge de 61 ans¹ et trouvent que l'âge (bientôt) légal de la pension n'est 'acceptable' que si... nous sommes assurés de vivre jusqu'à 100 ans. Si nous voulons adapter notre sécurité sociale à l'évolution actuelle de la société, nous devons envisager différemment le travail et la retraite.
- ▶ **La manière dont nous structurons notre vie doit changer. C'est ce que pensent les Belges, mais est-ce réaliste ?** En moyenne, les Belges souhaitent passer 16 % de leur temps à étudier, 33 % à travailler, 21 % à s'occuper de leur(s) enfant(s) et famille et 30 % à se détendre ou être à la retraite. Gagner suffisamment d'argent sur 33 % du temps afin de pouvoir financer les 66 % du temps restant et pouvoir vivre confortablement, ce n'est pas réaliste. Ce n'est pas tenable.

NN propose un outil permettant de calculer si nous sommes prêts à vivre plus longtemps.

Chaque Belge peut se préparer individuellement à une vie plus longue. Le test '[Vivre plus longtemps](#)' calcule dans quelle mesure chacun d'entre nous est prêt ou préparé à une vie longue et heureuse et fait également la comparaison avec nos pairs. Plus de 50 conseils ont été formulés pour aider chaque Belge dans sa préparation personnelle. En moyenne, les Belges obtiennent un score de 57 sur 100.

¹ <https://www.nn.be/fr/press-release/ce-jour-la-moitie-des-belges-pensent-avoir-suffisamment-travaille-lage-de-61-ans>

Vivre une vie longue et heureuse n'est envisageable que si notre système de sécurité sociale, l'organisation du travail et notre schéma de vie évoluent.

Bruxelles, le 4 février 2020 - Entre septembre et décembre, 10.000 Belges se sont penchés sur la question de l'allongement de l'espérance de vie. Car celle-ci augmente à un rythme considérable. Selon le Bureau fédéral du plan, la proportion de personnes de plus de 67 ans sera de 24 % en 2070, contre 17 % en 2019². Et cela a des répercussions majeures sur notre société. Mais que faudrait-il réellement changer pour faire d'une vie longue et heureuse une réalité ? L'assureur vie NN et le bureau de recherche indépendant Indiville ont posé la question à 10.000 Belges. Les analyses font ressortir trois priorités : la manière dont nous travaillons, la manière dont notre système de sécurité sociale fonctionne, la manière dont nous structurons notre vie (études, travail, pension). Ces différents éléments doivent être adaptés, en tenant compte de l'augmentation de notre espérance de vie. En outre, les répondants ont également fait part de la manière dont ils envisagent ce changement. Les suggestions comprennent notamment une semaine de travail de quatre jours et une vie en plusieurs étapes. Des experts nationaux et internationaux donnent leur avis.

Si nous voulons vivre une vie longue et heureuse, un changement est nécessaire

Vivre plus longtemps implique de nombreuses conséquences. Nous devons pouvoir financer une vie plus longue, devons disposer d'un logement plus longtemps, aurons besoin d'un autre type de soins,...

Ce sont autant de questions auxquelles nous accordons peu d'attention aujourd'hui. L'âge légal de la retraite n'évolue que très peu, le rapport entre les personnes actives et les personnes retraitées est complètement déséquilibré et notre société vieillissante a besoin de soins supplémentaires. Les choses doivent donc changer. Mais que faut-il précisément adapter ?

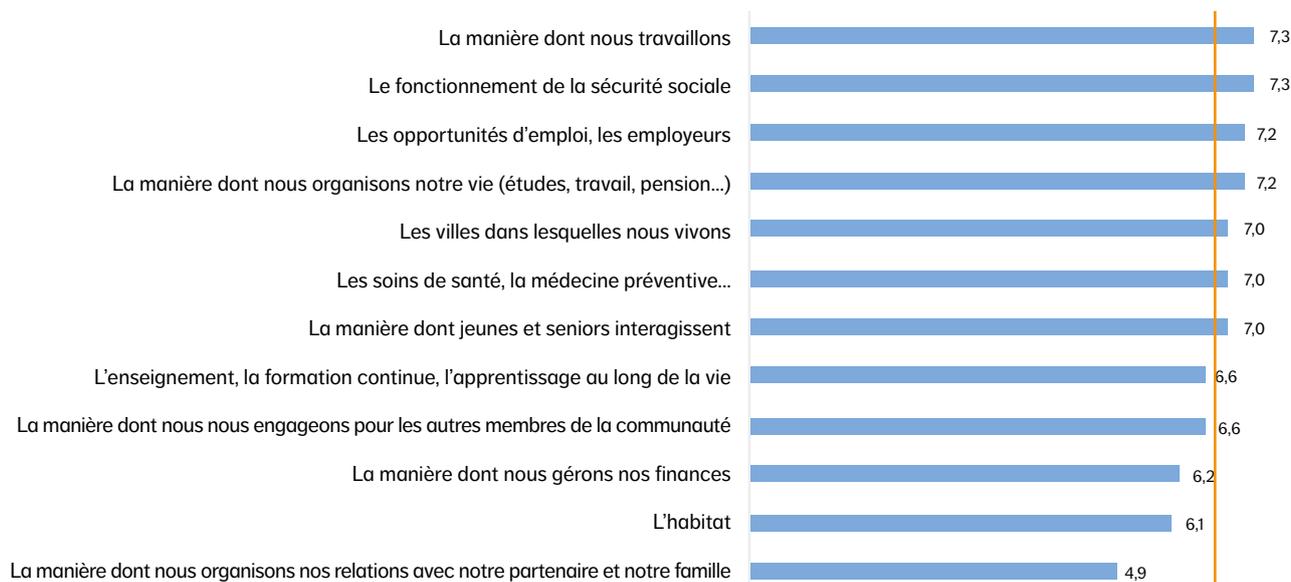
Les Belges laissent aux autres le soin de préparer notre société à une vie plus longue. Si nous voulons vivre une vie longue et heureuse à mesure que l'espérance de vie augmente, les Belges pensent que notre façon de travailler, notre sécurité sociale et la façon dont nous structurons notre vie devront d'abord changer.

L'enseignement, les formations complémentaires et l'apprentissage tout au long de la vie n'arrivent qu'en huitième position. Selon les Belges, la relation avec notre partenaire, notre mode de vie et nos finances personnelles sont les choses qui doivent changer le moins possible. Ici, les Belges semblent se décharger de leurs responsabilités.

« Si nous parvenons à préparer la société à temps pour ce changement imminent, toute personne âgée de 20 à 30 ans en récoltera les fruits. » — Prof. Andrew J. Scott

² <https://www.plan.be/press/communiqu-1857-fr-evolution-de-la-population-belge-d-ici-2070-eclairage-sur-la-panne-de-fecondite-a-moy-en-terme-et-confirmation-du-vieillessement>

Imaginez que tout le monde atteigne l'âge de 100 ans ou plus en bonne santé. Dans quelle mesure les choses suivantes DOIVENT changer pour vivre une longue vie heureuse ? (0 = rien ne doit changer, 10 = tout doit changer)



« Le fait de vivre plus longtemps apporte énormément de possibilités mais pose également de nombreux défis. L'augmentation de l'espérance de vie a un impact sur toutes les facettes de notre société. Par exemple, une plus grande partie de la population restera professionnellement active et il y aura également plus de personnes âgées sur le marché de l'emploi. Les entreprises doivent réfléchir à la manière dont elles vont intégrer ces travailleurs supplémentaires et leur garantir de la flexibilité. Mais elles devront également réfléchir à la manière dont elles peuvent stimuler les relations intergénérationnelles au travail afin qu'il y ait un maximum de transfert de connaissances dans les deux sens. Les gouvernements jouent ici un rôle majeur. Ils doivent préparer leur pays et améliorer son fonctionnement en encourageant les soins de santé préventifs, en incitant les entreprises à maintenir le plus grand nombre de citoyens possible au travail – de manière adaptée et viable – et en donnant un nouveau souffle au système éducatif. Mais nous ne devons pas oublier que nous avons aussi des responsabilités individuelles pour faire d'une vie longue et heureuse une réalité », explique **Andrew J. Scott, économiste à la London Business School et expert international de la longévité.**

La moyenne de tous les indices de changement pour les différents éléments constitutifs de notre société est de 6,7/10. Cela signifie que les Belges estiment que le besoin de changement dans notre société est assez important si nous voulons vivre longtemps et de manière heureuse, à mesure que l'espérance de vie augmente.

Bien que ce score soit centré sur la moyenne, il existe des différences notables entre un certain nombre de profils :

1. Les Belges titulaires d'un **diplôme de master** sont davantage convaincus que - si l'espérance de vie continue à augmenter - de nombreux aspects de la société devront être changés pour pouvoir vivre une vie longue et heureuse. Ce qui contraste avec les résultats des personnes n'ayant pas de diplôme de l'enseignement secondaire supérieur. (Indice de changement de 7,12/10 contre 6,14/10 pour ceux n'étant pas diplômés de l'enseignement secondaire supérieur)
2. Les personnes **insatisfaites de l'état actuel de leur vie**, perçoivent un plus grand besoin de changement dans la société que celles qui sont satisfaites de leur vie. Les chômeurs, en particulier, octroient à notre société un score élevé en matière de changement (7,21). De même, celles qui sont totalement insatisfaites de l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée indiquent un score de changement plus élevé (7,20) que celles qui en sont satisfaites (6,37). Et celles qui voient leur situation financière se détériorer année après année (7,06) sont plus susceptibles de vouloir du changement que celles qui la voient s'améliorer année après année (6,37).
3. La **localisation** joue également un rôle. Les habitants de la Région de Bruxelles-Capitale veulent voir davantage de choses changer (7,23) par rapport aux Wallons (6,84) ou aux Flamands (6,52).
4. Enfin, les répondants les **plus jeunes** (< 34 ans) (6,91) sont plus susceptibles d'appeler au changement que ceux de plus de 65 ans (6,18).

Les jeunes sont donc conscients de la nécessité de préparer notre société à une vie longue et heureuse, mais ils restent un groupe minoritaire dans l'enquête citoyenne. Malgré beaucoup d'efforts, ce groupe a montré peu d'intérêt dans le thème, alors que c'est justement cette génération qui pourra profiter des avantages d'une vie plus longue et d'une meilleure préparation à une telle situation. Un problème majeur se dessine si les jeunes ne sont pas disposés à échanger et réfléchir au futur. Les sensibiliser à ce sujet permettrait d'induire un changement dans la société. Se préparer à une vie longue et heureuse est possible à tout âge.

Prof. Andrew J. Scott: « Je comprends que les jeunes se sentent moins concernés car ils ont encore la vie devant eux. Pourtant ce sera la première génération à profiter d'une vie plus longue de manière optimale ! Toute personne âgée de 20 à 30 ans aujourd'hui devrait facilement atteindre les 80 ans. Et leurs enfants atteindront facilement la centaine. Si nous parvenons à préparer la société à temps pour ce changement imminent, cette génération en récoltera les fruits. »

Il est temps d'adapter notre manière de travailler : la semaine de travail de quatre jours serait-elle une solution ?

La plupart des Belges indiquent que la manière dont nous travaillons doit absolument changer si nous voulons vivre longtemps et de manière heureuse. Et de nombreuses raisons expliquent ce besoin de changement. Pour beaucoup d'entre nous, la façon dont nous vivons et travaillons aujourd'hui n'est pas tenable à long terme. Les recherches préliminaires montrent que nous subissons déjà à l'heure actuelle trop de stress. 68 % recherchent activement des moyens de réduire le stress dans leur vie et 54 % se sentent souvent ou toujours épuisés à la fin de la journée. Cela signifie qu'aujourd'hui, seuls 12 % des Belges ont un emploi qu'ils pourraient encore exercer jusqu'à leurs 70 ans.

Je recherche activement à réduire le stress dans ma vie.



A la fin de la journée, je me sens souvent épuisé.e.



J'exerce un emploi que je peux facilement exercer jusqu'à mes 70 ans.



Mais la volonté de changer le système traditionnel est bien réelle. 67 % des Belges sont aujourd'hui ouverts à un changement de carrière en profondeur. Pensez à un pompier qui deviendrait par exemple conseiller en prévention des incendies ou à un ouvrier du bâtiment qui se reconvertirait dans la vente d'accessoires de bricolage. Ce type de reconversion est une piste à explorer si nous voulons implémenter des carrières plus longues.

Dans quelle mesure seriez-vous AUJOURD'HUI ouvert.e à un changement de carrière en profondeur ? Par exemple un pompier qui deviendrait conseiller en prévention des incendies ou un ouvrier du bâtiment qui se reconvertirait dans la vente d'accessoires de bricolage.



Dans les idées proactives que les 10.000 personnes interrogées pouvaient proposer, la semaine de travail de quatre jours a été avancée comme piste pour réduire le stress et la pression.

« Dans les questions ouvertes, un certain nombre de suggestions concernant la manière dont s'organise notre travail reviennent régulièrement. De nombreux Belges cherchent activement des moyens de réduire leur stress et leur charge de travail. Aujourd'hui, le stress et la pression sont trop présents dans notre société. Si nous devons travailler plus longtemps en raison d'une espérance de vie qui ne cesse d'augmenter, il sera nécessaire de diviser notre temps différemment pour que cela reste possible. La semaine de travail de quatre jours est souvent présentée comme une solution à ce problème. Certains répondants ont avancé l'idée d'une semaine de travail plus courte, sans toutefois indiquer vouloir mener une carrière plus longue. D'autres sont en revanche prêts à travailler plus longtemps », explique **Colin Sanders, chercheur chez Indiville.**

Une expérience de choix dans l'étude préliminaire a montré que 24 % des Belges considèrent qu'une semaine de travail de quatre jours, à raison de 9 heures de travail par jour, est une bonne alternative à la semaine de travail classique que nous connaissons aujourd'hui. Ce modèle pourrait déjà être un premier pas vers l'abandon du schéma de carrière traditionnel et de vie linéaire dans lequel nous sommes ancrés aujourd'hui.

« Dans quelle mesure une semaine de travail de quatre jours est-elle réaliste ? » La parole aux experts :

Philip Vergauwen, Doyen de la Solvay Brussels School of Economics & Management.

« Cela peut sembler être une solution, mais finalement, on se retrouve à nouveau bloqués dans une formule imposée. Il faut penser plus large : la semaine de quatre jours est certainement une piste pour rendre le marché de l'emploi plus flexible, mais une fois que cela deviendra la norme, on se retrouvera dans une situation similaire à celle d'aujourd'hui. L'avantage de la crise actuelle est que nous pouvons, aujourd'hui, expérimenter de nouvelles manières de travailler. Cela peut certainement servir de tremplin à la future constitution de notre semaine de travail. »



Ans De Vos, Professeure à la Antwerp Management School et Universiteit Antwerpen, experte en gestion de carrière durable est du même avis que Philip Vergauwen :

« Il ne s'agit plus tellement du nombre d'heures prestées et quand elles doivent l'être, mais plutôt de ce que représente une dose saine de travail de qualité. Votre travail doit former un équilibre entre défi et confort. Cet équilibre est essentiel, d'autant plus sur le long terme. Comment traduire ceci en nombre de jours ou d'heures est secondaire, dépend du travail en lui-même et est très personnel. Il est indispensable d'agir avec flexibilité. »



L'âge de la retraite n'évoluant que très peu, quelles solutions pour la sécurité sociale ?

La sécurité sociale belge existe depuis 76 ans³. Bien que le système ait considérablement évolué au fil du temps, il ne semble pas offrir de réponse à l'augmentation de l'espérance de vie. Le rapport entre les personnes actives et les personnes retraitées est aujourd'hui complètement déséquilibré, alors que rester actif plus longtemps n'est pas une option pour de nombreux Belges.

Des recherches antérieures ont montré que la moitié des Belges pensent aujourd'hui avoir suffisamment travaillé à l'âge de 61 ans⁴ et qu'ils ne seraient prêts à travailler jusqu'à 67 ans que s'ils étaient assurés d'atteindre les 100 ans, ce qui ne sera pas encore le cas en 2030. Le relèvement de l'âge de la retraite va de pair avec le fait de donner aux gens l'envie de travailler plus longtemps. Si nous voulons adapter notre sécurité sociale à l'évolution actuelle, nous devons envisager le travail et la retraite sous un angle différent.

Et une nouvelle fois, les résultats indiqués par les Belges dans l'enquête préliminaire, donnent de l'espoir. L'enquête montre que 50 % des retraités souhaiteraient se remettre au travail s'ils avaient encore de longues années à vivre en bonne santé et souhaiteraient suivre une formation de requalification pour travailler ou pour entreprendre.

La manière dont nous organisons notre vie est-elle encore pertinente ?

Il devient évident que la manière dont nous structurons notre vie (selon le schéma traditionnel) n'est plus compatible avec une vie longue et heureuse, dans le cadre d'une espérance de vie qui ne cesse d'augmenter. Aujourd'hui, nous suivons un chemin de vie linéaire. Nous étudions, travaillons puis prenons notre retraite, selon un schéma fixe. En moyenne, les Belges souhaitent passer 16 % de leur vie à étudier, 33 % à travailler, 21 % à s'occuper des enfants et de la famille et 30 % à se détendre ou à la retraite. Cela signifie que les Belges devraient pouvoir financer les deux tiers de leur vie avec les revenus générés par l'activité pendant un tiers de leur vie.

Si nous nous en tenons à cette structure de vie, cela signifie que nous devons travailler plus dur et économiser davantage dans un laps de temps assez court. Et cela ne semble pas réaliste.

Selon les 10.000 Belges qui ont participé à l'enquête, une vie s'éloignant du schéma linéaire traditionnel et séquencée en plusieurs phases, qui permettrait de passer aisément du travail aux études et à la détente serait une solution. À condition que l'impact sur la situation financière et les droits de pension soit examiné.

« Le rapport entre les études, le travail et le repos n'est actuellement pas adapté à notre espérance de vie et c'est un frein à notre évolution économique et en tant que société. Nous devons appréhender le débat autour de la pension, celui concernant le marché du travail et l'incitation à apprendre tout au long de notre vie de la manière suivante : telle une mission pour permettre au plus grand nombre de personnes possible de faire partie de la vie en société (y compris de l'économie évidemment), longtemps, en bonne santé et de manière heureuse. » explique Dirk Schyvinck, auteur du livre « Wat als we straks 100 worden ».

« La grande question des répondants est de savoir qui va payer pour ces périodes de 'détente' intermédiaires, par exemple pour un congé sabbatique, pour une formation intérimaire, pour s'occuper de sa famille, pour les soins octroyés à une personne proche et pour le travail bénévole. Mais ce qui se passe après ces périodes reste aussi un grand point d'interrogation. Aujourd'hui, dans notre société, on est encore trop souvent pénalisé lorsqu'on s'écarte du schéma classique », observe **Colin Sanders, chercheur à Indiville.**

« S'écarter du schéma traditionnel de vie nous pénalise souvent. Le revenu de base et/ou l'épargne-carrière rendent-ils une vie séquencée en différentes phases financièrement abordable ? »

Ans De Vos : « Nous devons nous écarter de ce schéma classique et linéaire quand il s'agit d'apprendre, de travailler et d'être à la pension. Ces phases n'ont plus de raisons d'être dans notre société, d'autant plus que tout évolue très rapidement à l'heure actuelle. Les chances que vous exerciez exactement le même travail pendant 42 ans (ou plus) sont minimales. Cela est dû en partie à la digitalisation, mais pas uniquement. Notre monde est devenu volatil,

³ <https://www.75jaarsocialezekerheid.be/fr/>

⁴ <https://www.nn.be/fr/press-release/ce-jour-la-moitie-des-belges-pensent-avoir-suffisamment-travaille-lage-de-61-ans>

incertain, complexe et ambigu : dans le jargon, on dit qu'on vit dans un monde VUCA. Nous devons apprendre à vivre avec ces incertitudes, c'est pourquoi nous devons tous prendre part à la discussion, repenser nos structures et, en effet, trouver une nouvelle manière de gérer les finances. L'épargne-carrière est certainement une bonne piste : de cette manière, il est possible de construire quelque chose, tout au long de ses différents emplois. Mais avant de pouvoir y parvenir, il faudra d'abord les stimuler et les accompagner activement. »

Philip Vergauwen partage l'avis d'Ans De Vos : « S'écarter d'une vie linéaire doit être possible. Mais engendrer un sens des responsabilités aura une place prépondérante dans cette nouvelle manière d'aborder sa carrière. Ce n'est pas la société qui paiera la facture. La flexibilité va pour l'instant de pair avec plus de risques, et ceci doit être bien gérée. Un salaire de base PEUT être un élément permettant une certaine stabilité et rendant le travail flexible possible, tout en prenant moins de risques. »

« Faire face de manière autonome à la liberté d'une vie en plusieurs étapes nécessite une meilleure connaissance de soi et une plus grande volonté de changement de la part du Belge. »

D'après Philip Vergauwen, il s'agit ici d'un grand défi : « Il y a encore du boulot. Nous les Belges, nous voulons être davantage libres de décider et voulons plus de flexibilité, mais on préfère laisser les autres se charger du reste. On aime bien prendre, mais on ne le rend pas souvent. Et puis, notre manière de penser conservatrice nous empêche de voir les avantages du changement. »

Ans De Vos : « D'un point de vue professionnel, les Belges doivent en premier lieu apprendre à se détacher de leur travail, et s'occuper eux-mêmes de leur carrière. Les compétences professionnelles ainsi qu'un état d'esprit orienté croissance en sont deux éléments essentiels. Au plus tôt on s'arme de ces compétences, au mieux. Il y a un grand rôle à jouer pour l'enseignement. Car la culture de l'apprentissage est encore trop limitée en Belgique. »

Que pouvons-nous faire, en tant qu'individus, pour nous préparer ?

Vivre plus longtemps n'a pas seulement un grand impact sur la société, cela a également un impact sur les individus qui la composent. Prof. Andrew J. Scott souligne qu'une vie plus longue crée une multitude d'opportunités, à condition que nous nous y préparions et que nous imaginions ce à quoi nous aimerions que notre vie ressemble, et ce, à n'importe quel âge

L'assureur vie NN et le bureau de recherche indépendant Indiville ont développé conjointement le test 'Vivre plus longtemps'. Ce test permet de calculer dans quelle mesure chacun d'entre nous est prêt ou préparé à une vie longue et heureuse et offre également une comparaison avec nos pairs. Plus de 50 conseils ont été formulés pour aider chaque Belge dans sa préparation personnelle.

Les éléments qui influencent le score sont la résilience financière (argent et propriété), les compétences intellectuelles (connaissances et compétences), la résilience sociale (vie et travail) et la résilience mentale (relations et changement).

En moyenne, les Belges obtiennent un score de 57 sur 100. En tant qu'individus, nous ne sommes pas tout à fait préparés à vivre plus longtemps. Il y a donc encore des possibilités d'amélioration. Voici quelques conseils du professeur Andrew J. Scott :

- ▶ Ne comparez pas votre vie à celle que vos parents ou grands-parents ont vécue, votre vie sera complètement différente. Nous avons un cadre totalement différent, dans lequel nous pourrions décider de ce que nous voulons faire !
- ▶ Prenez conscience de votre état de santé, prenez soin de votre corps, faites des efforts préventifs pour vous maintenir en bonne santé. Bougez, mangez sainement et faites les examens préventifs nécessaires.
- ▶ Investissez dans vos relations, entretenez-les.
- ▶ Engagez des discussions intergénérationnelles, tant dans la vie privée qu'au travail. Les générations peuvent apprendre beaucoup les unes des autres.
- ▶ N'ayez pas peur de la technologie. Tout évolue rapidement. Cela signifie que certains emplois vont disparaître, mais aussi que de nouveaux vont être créés. Cela vous demandera un effort, vous devrez sans doute vous former, vous reconverter. Mais ce n'est pas grave, la technologie reste la technologie. Assurez-vous simplement de bien savoir comment la gérer. En tant qu'humains, nous avons d'autres atouts : être humain !

Vous souhaitez savoir si vous êtes prêts pour une vie longue et heureuse ? Faites le test ici : nn.be/vivre-plus-longtemps.

À propos de NN

Une vie longue n'a de sens que si elle peut être vécue de manière heureuse. C'est pourquoi, en tant qu'assureur vie, NN mène et inspire le débat autour d'une vie plus longue et heureuse.

Depuis 2018, NN développe son expertise sur le bonheur grâce à une chaire NN à l'Université de Gand. Le Prof.dr. [Lieven Annemans](#) et son équipe recherchent ce qui rend les Belges heureux et comment nous pouvons travailler ensemble à une vie plus heureuse. En 2020, NN a franchi une nouvelle étape. Dans une société où nous vivons tous plus longtemps, NN, le bureau de recherche indépendant Indiville et le chercheur Colin Sanders, ont examiné dans quelle mesure les Belges et la société dans laquelle nous vivons aujourd'hui sont prêts pour une vie plus longue, et comment nous pouvons faire de cette vie plus longue une vie heureuse. Ce faisant, NN opte toujours pour une approche inclusive dans laquelle les experts, les décideurs politiques et les Belges eux-mêmes sont impliqués. Bien sûr, NN offre également des solutions concrètes pour protéger votre pension, votre patrimoine et vos revenus familiaux. Mais NN va également plus loin : en plus de préserver votre bien-être financier, NN se soucie également de votre bien-être mental et physique : les trois piliers d'une vie longue et heureuse. NN compte 1,6 millions de clients en Belgique et fait partie du NN Group, un assureur et gestionnaire d'actifs international qui jouit d'une excellente position de capital et est actif dans 18 pays à travers le monde. NN est à votre service via un solide réseau de courtiers et de partenaires bancaires.

Pour plus d'informations sur NN : www.nn.be

Pour plus d'informations au sujet de l'enquête 'Vivre plus longtemps' : nn.be/vivre-plus-longtemps.

Contact presse



Annelore Van Herreweghe

communicatie@nn.be

 **0494 17 02 00**

Annexe : Biographies

Biographie Prof. Andrew J. Scott

Andrew J Scott, professeur d'économie, ancien vice-doyen de la London Business School et chercheur au Centre for Economic Policy Research, concentre ses recherches sur l'allongement de la vie ou la longévité, le vieillissement de la société et la politique budgétaire et la gestion de la dette. Ses travaux ont été largement publiés dans des revues de premier plan.

Son livre avec Lynda Gratton, [The 100-Year Life: Living and Working in an Age of Longevity](#), , publié en 15 langues, est un best-seller d'Amazon et a été récompensé par le prix FT/McKinsey Business Book of the Year en 2016 et le prix du Business Book of the Year en 2017 au Japon.

Son nouveau livre, publié en 2020, [The New Long Life: A Framework for Flourishing in a Changing World](#) (mai 2020 au Royaume-Uni/décembre 2020 aux États-Unis), traite de la manière dont les défis et les opportunités de l'ingéniosité sociale et technologique peuvent façonner une nouvelle ère de vie plus longue.



Biographie Philip Vergauwen, Doyen de la Solvay Brussels School of Economics & Management

Philip Vergauwen est actuellement le doyen de la Solvay Brussels School of Economics & Management (SBS-EM), Université Libre de Bruxelles.

Par le passé, il fut le doyen de la Maastricht University School of Business & Economics (SBE-UM) (2013-2017), où il fut jusqu'en 2013 professeur titulaire de Controlling, président du département Accounting & Information Management et directeur de l'Executive Master of Science of Finance and Control (iEMFC) à l'Université Maastricht. Entre 2007 et 2010, il était doyen de la faculté de gestion d'entreprise à l'Université Hasselt (Belgique), après avoir été président du conseil d'Université de l'Université Maastricht (2003-2004).

Il est Doctor Honoris Causa de la Jyväskylä University (School of Business and Economics) en Finlande (mai 2019).



Biographie Ans De Vos

Ans De Vos est employée en tant que professeure à l'Université Antwerpen et professeure titulaire à l'Antwerp Management School où elle détient la présidence SD Worx « Next Generation Work: Creating Sustainable Careers ».

Carrières, évolution de carrières et développement d'une gestion de carrière durable pour les employés et les organisations forment les thèmes centraux de ses recherches. Une attention particulière est dès lors donnée à l'employabilité tout au long de la carrière et aux conséquences d'un contexte de carrière en constante évolution. Elle étudie ces thèmes sous différentes perspectives : individus, entreprises et décideurs politiques. En plus des publications académiques internationales sur le sujet, la mise en pratiques de ses connaissances forme le fer de lance de son travail.

Elle travaille également activement avec des entreprises et organisations, où ses interventions sur le sujet sont très prisées. Elle est également présidente du Partnerschap Levenslag Leren, fondé par les ministres flamands du travail et de l'enseignement.



Biographie Wim Adriaens

Depuis juillet 2019, Wim Adriaens (41) est administrateur délégué de VDAB (service d'emploi public de la Flandre). Il a étudié les Langues Germaniques (KU Brussel et KU Leuven), les Sciences Économiques Appliquées (UFSIA) et le Droit (RUG). Il a débuté sa carrière auprès du FOD Budget et Contrôle de Gestion et a été conseillé du ministre flamand des Finances et du Budget, Philippe Muyters, en 2009. En 2016, il est devenu chef de cabinet de Philippe Muyters.



Dirk Schyvinck, auteur du livre « Que ferons-nous de nos cent ans ? »

Dirk Schyvinck (1958) est sociologue de formation et a occupé divers postes de direction nationaux et internationaux dans le monde des médias, du marketing et des banques.

Dans son livre « Que ferons-nous de nos cent ans ? », il plaide pour une vision jeune du vieillissement et propose une perspective novatrice de la prolongation de l'espérance de vie.

Dirk est un orateur très prisé, tant au niveau national qu'international.

En tant que défenseur de l'importance de l'innovation sociale (en plus de l'innovation technologique), il conseille les entreprises et les institutions sur la manière de faire face au vieillissement de la population grâce à des thèmes tels que vivre plus longtemps, travailler plus longtemps ou encore la coopération intergénérationnelle.

