

Comment fonctionne la retraite progressive ?



© 2025 Les Echos Publishing

Qui peut en bénéficier ?

La retraite progressive est ouverte :

- aux salariés, y compris à ceux qui ne sont pas soumis à une durée de travail (VRP, salariés rémunérés à la tâche, au rendement, à la commission...)
- aux travailleurs non salariés, quelle que soit leur activité (artisanale, commerciale, libérale ou agricole) ;
- aux mandataires sociaux (dirigeants assimilés salariés), qu'ils cumulent ou non leur activité avec un contrat de travail.

À quelles conditions ?

Depuis le 1^{er} septembre 2025, les travailleurs peuvent bénéficier de la retraite progressive dès l'âge de 60 ans, à condition toutefois de comptabiliser, tous régimes de retraite obligatoires confondus, au moins 150 trimestres d'assurance retraite.

En outre, pour accéder à la retraite progressive, les salariés dont la durée du travail n'est pas définie ainsi que les travailleurs non salariés et les mandataires sociaux sans contrat de travail doivent :

- exercer leur activité à titre exclusif ;
- avoir perçu un revenu professionnel annuel au moins égal à 40 % du Smic brut (environ 8 649 € en 2025) au cours de l'avant-dernière année civile qui précède la demande de retraite progressive (revenus de 2023 pris en compte pour une demande de retraite progressive effectuée en 2025).

Quant aux salariés, ils doivent obtenir l'accord de leur employeur pour réduire leur durée de travail, et donc bénéficier de la retraite progressive. Pour cela, ils doivent, au moins 2 mois avant la date de départ en retraite progressive envisagée, lui adresser une demande par lettre recommandée avec avis de réception. Leur employeur peut refuser cette demande si la durée de travail sollicitée est incompatible avec l'activité économique de l'entreprise. Et attention, s'il ne répond pas dans les 2 mois de la réception de la demande, il est réputé l'avoir acceptée.

Quelle diminution d'activité professionnelle ?

La retraite progressive implique que les travailleurs réduisent leur activité professionnelle dans une proportion comprise entre 20 % et 60 %.

Autrement dit, les travailleurs en retraite progressive doivent conserver une activité comprise entre 40 % et 80 % :

- de la durée légale ou conventionnelle de travail pour les salariés (soit, par exemple, entre 14 et 28 heures par semaine pour un salarié travaillant 35 heures par semaine et entre 87 et 174 jours pour un salarié en forfait-jours travaillant 218 jours par an) ;
- de leur revenu professionnel pour les salariés qui ne sont pas soumis à une durée de travail, pour les travailleurs non salariés et pour les mandataires sociaux sans contrat de travail ;
- de la surface des terres exploitées pour les chefs

d'exploitation ou d'entreprise agricole exerçant leur activité à titre exclusif assujettis à la Mutualité sociale agricole sur la base de la surface minimale d'assujettissement.

Les travailleurs perçoivent la fraction de leur(s) pension(s) de retraite de base correspondant à la diminution de leur activité professionnelle, soit par exemple 30 % de leur(s) pension(s) s'ils conservent 70 % de leur activité.

Toutefois, les travailleurs non salariés, les mandataires sociaux sans contrat de travail et les salariés qui ne sont pas soumis à une durée de travail perçoivent, pendant les 18 premiers mois de leur retraite progressive, la moitié de leur(s) pension(s) de retraite, quel que soit le pourcentage de diminution de leurs revenus. À l'issue de cette période, leur caisse de retraite recalcule, au vu du montant de leurs revenus réels, le pourcentage de la fraction de pension de retraite à verser.

À noter : dans certains régimes, il est possible de percevoir une partie de sa(ses) pension(s) de retraite complémentaire dans le cadre de la retraite progressive (Agirc-Arrco, Carpimko, CARPV, etc.).

Comment demander la retraite progressive ?

Les travailleurs doivent déposer leur demande de retraite progressive, accompagnée de toutes les pièces justificatives adaptées à leur situation (bulletins de paie, avis d'imposition, déclarations fiscales, RIB, pièce d'identité, etc.), auprès de la caisse de retraite à laquelle ils sont affiliés à cette date. Sachant qu'un [formulaire unique de demande de retraite progressive](#) pour tous les régimes de retraite, de base et complémentaire, a été mise en place par les pouvoirs publics (hors professions libérales règlementées).

Il est également possible d'effectuer une demande en ligne sur le site info-retraite.fr (rubrique « Mes démarches, Demander ma retraite »).

Le versement de la pension de retraite progressive débute :

- à compter du 1^{er} janvier de l'année qui suit leur demande pour les travailleurs non salariés, les salariés qui ne sont pas soumis à une durée de travail et les mandataires sociaux sans contrat de travail ;
- à la date qu'ils choisissent pour les salariés.

En pratique : les organismes de retraite recommandent d'effectuer la demande de retraite progressive au moins 5 à 6 mois avant la date de début envisagée.

Et à la fin de la retraite progressive ?

La retraite progressive ne prend pas fin de manière automatique. Aussi, les travailleurs qui choisissent de reprendre une activité professionnelle non réduite ou de cesser totalement leur activité professionnelle doivent en informer leur caisse de retraite.

Si les travailleurs reprennent une activité professionnelle non réduite, la caisse de retraite cesse de leur verser la(les) pension(s) de retraite progressive.

Quant aux travailleurs qui cessent leur activité et ont atteint l'âge légal de départ à la retraite, ils peuvent demander l'attribution définitive de leur(s) pension(s) de retraite. En revanche, s'ils n'ont pas atteint l'âge légal de départ à la retraite, ils devront attendre de l'avoir atteint pour demander leur pension de retraite.

À noter : la(les) pension(s) de retraite définitive(s) est(sont) recalculée(s) en tenant compte des droits qu'ils ont

acquis en contrepartie des cotisations d'assurance vieillesse versées dans le cadre de leur retraite progressive.

© 2025 Les Echos Publishing