

Retraite des femmes : ce qui devrait changer dès 2026



La retraite des femmes ce qui va changer en 2026. - © SeizaVisuals / iStock

Le Premier ministre a annoncé une suspension de la réforme des retraites. Mais en plus de cette mesure, le nouveau gouvernement prévoit également deux mesures phares destinées à améliorer la pension de certaines mères de famille et à leur permettre de partir plus tôt. Décryptage avec Valérie Batigne, fondatrice et dirigeante de Sapiendo.

Valérie Batigne, fondatrice présidente de Sapiendo. Après une carrière en tant qu'avocate fiscaliste et managing director dans le secteur bancaire, j'ai fondé Sapiendo Retraite en 2015, animée par la volonté de moderniser la perception de la retraite en France, un domaine souvent mal compris et marqué par une extrême complexité

réglementaire. Mon objectif était de développer des solutions de préparation à la retraite simples et ouvertes au plus grand nombre. Avec mon équipe, nous déployons ainsi un éventail de solutions digitales innovantes : de l'éveil pédagogique aux projections les plus complexes, le tout enrichi par un accompagnement humain attentif. Chez Sapiendo, l'innovation est notre credo, nous combinons diverses disciplines pour dépasser les barrières traditionnelles. Nous portons une vision globale de la retraite, intégrant retraite par répartition, épargne, stratégies fiscales et dimension psychosociale. Notre mission est de mettre cette expertise au service des employeurs, des salariés et de tous les citoyens, pour que la retraite ne soit plus un casse-tête, mais un projet de vie serein et maîtrisé.

La retraite des femmes reste encore, en moyenne, nettement inférieure à celle des hommes. Celles ayant liquidé leur retraite en 2022 touchaient ainsi une pension inférieure de 29% à celle de leurs homologues masculins, selon

la DREES. Des écarts qui s'expliquent notamment par un recours plus fréquent au temps partiel, des carrières plus hachées et des rémunérations plus faibles. Pour tenter de les réduire, le nouveau gouvernement a annoncé deux mesures spécifiques pour les mères de famille, applicables dès l'an prochain et ce en plus de la suspension de la réforme des retraites de 2023.

Hommes et femmes pourraient bénéficier d'une suspension de la dernière réforme des retraites

Précisons tout d'abord, qu'il ne s'agit que d'une suspension partielle. Cette suspension va uniquement concerner le recul progressif de l'âge minimum légal de départ à la retraite et l'accélération du calendrier Touraine. De plus, cette suspension sera temporaire, puisqu'il a été précisé qu'elle prendrait fin au 1^{er} janvier 2028.

En pratique, si vous êtes né en 1964, vous pourriez prendre votre retraite 3 mois plus tôt (dès 62 ans et 9 mois à partir d'octobre 2026 au lieu de 63 ans), avec 170 trimestres pour votre taux plein (au lieu de 171).

Et si vous êtes né en 1965, vous pourriez prendre votre retraite 6 mois plus tôt (dès 62 ans et 9 mois à partir d'octobre 2027 au lieu de 63 ans et 3 mois), avec 170 trimestres pour votre taux plein (au lieu de 172).

Pour les autres générations, il faudra attendre. En effet, une conférence retraites et travail réunissant les partenaires sociaux devrait aboutir à de nouvelles propositions d'ici le printemps 2025.

Les mères de famille devraient bénéficier d'un calcul de leur retraite de base plus favorable

Commençons par comprendre de quoi il s'agit. La retraite de base est calculée à partir du salaire annuel moyen (SAM), c'est-à-dire la moyenne des 25 meilleures années de revenus. Jusqu'ici, cette règle était la même pour tout le monde, femmes comme hommes.

Mais à partir de 2026, ce calcul sera modulé pour les mères de famille, selon le nombre d'enfants :

- 1 enfant : calcul sur les 24 meilleures années (au lieu de 25)
- 2 enfants et plus : calcul sur les 23 meilleures années (au lieu de 25)

Quels bénéfices concrets ?

Cette modulation permettrait d'écarter du calcul jusqu'à deux années moins rémunératrices. Celles, par exemple, où la carrière a été aménagée pour un temps partiel.

Concrètement, pour une femme dont la carrière a connu des hauts et des bas, cette nouvelle règle peut augmenter légèrement le montant de la pension, en supprimant une ou deux « mauvaises » années. Les femmes aux carrières ascendantes devraient aussi y gagner, puisque le calcul portera davantage sur leurs années les

mieux rémunérées.

En revanche, les femmes dont les revenus sont restés stables tout au long de leur parcours ne verront qu'un impact très limité, car leur moyenne reste globalement la même.

Bon à savoir : cette mesure devrait faire l'objet d'une mesure réglementaire pour s'appliquer pour les retraites liquidées à partir de janvier 2026.

Le dispositif « carrière longue » sera plus facilement accessible aux mères

Deuxième mesure, et pas des moindres : le gouvernement prévoit d'élargir l'accès au dispositif « carrière longue », en prenant désormais en compte deux trimestres enfants.

Pour bien comprendre : le dispositif de départ anticipé pour carrière longue permet de partir à la retraite avant l'âge minimum légal, à condition d'avoir commencé à travailler jeune (avant 21 ans) et d'avoir cotisé suffisamment de trimestres.

Problème : tous les trimestres validés ne sont pas des trimestres cotisés. Chez les femmes, 76% des trimestres sont « cotisés », c'est-à-dire validés par des périodes travaillées, contre 93% pour les hommes. Le reste correspond à des trimestres assimilés, dont notamment les trimestres enfants. Les femmes sont ainsi moins nombreuses à bénéficier de ce dispositif car aucun des trimestres enfants n'est pris en compte pour l'éligibilité au départ carrière longue. En 2022, elles représentaient à peine 30% des bénéficiaires, selon la Cnav !

Avec cette nouvelle mesure, celles à qui il manquait seulement un ou deux trimestres pour bénéficier de ce type de départ anticipé pourraient enfin partir plus tôt - cela représente parfois jusqu'à plusieurs années de départ anticipé. Mais l'effet restera limité : pour beaucoup, deux trimestres ne suffisent pas à combler les accidents de carrière qui ont jalonné leur parcours.

Bon à savoir : cette mesure s'appliquerait pour les départs anticipés liquidés à partir de septembre 2026.

Ce qu'il faut retenir

Ces deux mesures vont dans le bon sens : elles reconnaissent enfin certaines spécificités des carrières féminines et s'inscrivent dans la continuité des assouplissements déjà engagés en 2023, comme la création de la surcote parentale.

Mais leur impact restera très variable selon les profils. Elles profiteront surtout aux mères de famille.

Les femmes concernées ont ainsi tout intérêt à effectuer ou à mettre à jour leur bilan retraite en 2026, pour tenir compte de ces nouvelles règles. Comme le rappelle Valérie Batigne : « Savoir, c'est déjà agir ! »