

Neuf réalités de la retraite au Canada

Rapport de recherche 2026



Bâtir un système de retraite adapté à une société très vieillissante



La préparation à la retraite est importante pour tous les Canadiens, non seulement pour garantir un avenir financier sûr, mais aussi pour maintenir la résilience de l'économie et le niveau de vie.



Lorsque les gens ont confiance en leur avenir à la retraite, ils sont mieux à même de participer pleinement à la vie économique, aujourd'hui comme demain. Ce lien entre sécurité financière et résilience économique est de plus en plus difficile à ignorer au Canada : déjà, une personne sur cinq est âgée de 65 ans ou plus, ce qui fait de notre pays une société très vieillissante, et d'ici 2043, une personne sur quatre aura 65 ans ou plus.¹

Une étude du Régime de retraite des CAAT révèle une incertitude croissante chez les Canadiennes et Canadiens à l'égard de leur retraite. Beaucoup s'inquiètent de la durée de leurs économies, de l'impact de l'inflation et de la possibilité de devoir repousser leur départ à la retraite.

L'étude souligne également un décalage entre les attentes et la réalité. Alors que de nombreux Canadiens non retraités s'attendent à ce que leur épargne personnelle constitue leur principale source de revenus à la retraite, les retraités d'aujourd'hui ont moins tendance à compter uniquement sur leurs économies.

L'un des principaux défis des Canadiennes et Canadiens est la nécessité de prendre des décisions à long terme en matière d'épargne, de placements et de transformation de cette épargne en revenus de retraite fiables. En l'absence de structures solides et d'un soutien adéquat, il peut être difficile de s'y retrouver dans ces décisions.

C'est pourquoi il est important d'améliorer l'accès à des outils de retraite pratiques. De nombreux Canadiens considèrent les régimes de retraite d'employeur comme une partie de la solution. En effet, les retraités bénéficiant d'un tel régime déclarent généralement un revenu mensuel du ménage plus élevé, ce qui suggère que les régimes de retraite d'employeur peuvent jouer un rôle important dans le maintien de la stabilité financière au fil du temps.

Les régimes de retraite d'employeur peuvent également favoriser l'adoption de meilleures habitudes en matière de planification de la retraite. Les Canadiennes et Canadiens qui bénéficient d'un régime de retraite ont davantage tendance à recourir à un éventail plus large d'outils de planification de la retraite, tandis que les personnes qui n'en bénéficient pas sont moins susceptibles de planifier activement leur retraite.

Pour les employeurs, les régimes de retraite peuvent également contribuer à attirer et à fidéliser les employés ainsi qu'à assurer la stabilité du personnel. Des études démontrent que les régimes de retraite restent un élément important de la rémunération globale, en particulier pour les jeunes travailleuses et travailleurs. Certaines conceptions de régime offrent également un moyen plus prévisible et plus efficace de gérer les obligations liées à la retraite.

En bâtissant un système de retraite adapté à une société très vieillissante comme celle du Canada, il y a de bonnes raisons de privilégier des approches qui réduisent la complexité, favorisent le partage des risques et garantissent des revenus plus stables. L'élargissement de l'accès aux régimes de retraite d'employeur devrait faire partie de cette réflexion.

C'est là l'objectif de notre rapport *Neuf réalités de la retraite au Canada*.

La préparation à la retraite est importante pour tous les Canadiens, non seulement pour garantir un avenir financier sûr, mais aussi pour maintenir une économie résiliente et un niveau de vie qui continue de faire l'envie du monde entier.

¹ Statistique Canada (Tableau : 17-10-0057-01 [anciennement CANSIM 052-0005])

1. Décalage des attentes en matière de financement

Les Canadiens surestiment le rôle de l'épargne personnelle dans la constitution d'un revenu de retraite.

Constat : Il existe un décalage fondamental entre la façon dont les Canadiennes et Canadiens imaginent le fonctionnement de la retraite et la réalité. De nombreuses personnes surestiment la part qu'elles financeront elles-mêmes, tout en sous-estimant leur dépendance aux sources régimes de retraite en milieu de travail.

Données à l'appui :

10 %

des personnes ayant un régime de retraite s'attendent à ce qu'il soit leur principale source de revenus.

23 %

des retraités ayant un régime de retraite en dépendent comme principale source de revenus.

25 %

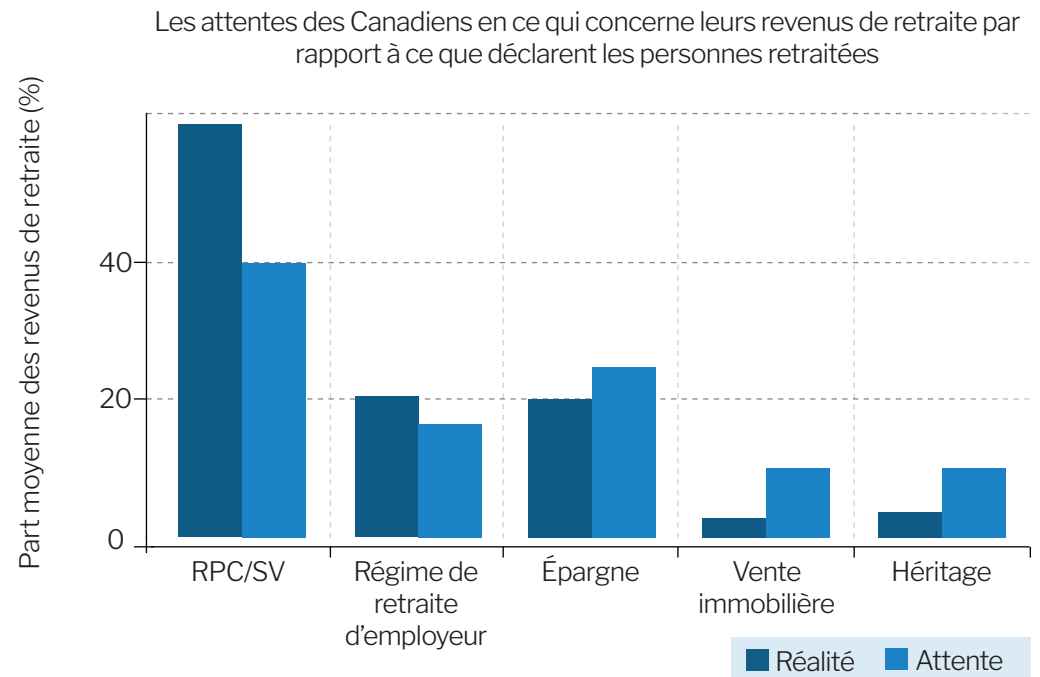
des Canadiens actifs s'attendent à ce que leur épargne soit leur principale source de revenus à la retraite.

15 %

des retraités comptent réellement sur leur épargne comme principale source de revenus.

58 %

des retraités comptent principalement sur le RPC/la SV.



Ce que cela nous apprend :

Les Canadiens planifient leur retraite en se basant sur une réalité qui ne correspond pas à la manière dont leurs revenus sont réellement générés. Cet écart façonne leurs attentes, leurs comportements et les résultats obtenus.

2. Les régimes de retraite sont essentiels. Ils ne sont pas qu'une simple cerise sur le gâteau

La différence entre survivre et bien vivre.

Constat : Les régimes de retraite ne sont pas un complément. Ils constituent une source fondamentale de revenus à la retraite.

Données à l'appui :

- Les retraités bénéficiant d'un régime de retraite disposent d'un revenu mensuel moyen du ménage supérieur d'environ 2 750 \$ à celui des retraités sans régime de retraite (85 735 \$ contre 52 570 \$ par an)
- Parmi les personnes qui perçoivent une rente, cette source de financement de la retraite représente environ la moitié du revenu total (47,3 %)
- Revenu moyen provenant d'un régime à prestations déterminées : 43 967 \$
- Il est important de noter que le revenu médian diffère entre les deux groupes (avec/sans régime de retraite), **ce qui suggère que les régimes de retraite améliorent considérablement la qualité de la retraite pour la plupart des Canadiennes et Canadiens**

Revenu de retraite	Revenu moyen du ménage	Revenu médian du ménage
Sans revenu de retraite	52 570 \$	25 000 \$
Avec revenu de retraite	85 735 \$	75 000 \$

Ce que cela nous apprend :

Les régimes à prestations déterminées, qui permettent d'obtenir un revenu de retraite garanti, peuvent offrir davantage de stabilité et de prévisibilité aux Canadiennes et Canadiens à la retraite, tout en donnant souvent de meilleurs résultats que les stratégies d'épargne individuelles seules. Ils permettent également de réduire la complexité et les risques financiers auxquels sont confrontées de nombreuses personnes lorsqu'elles planifient elles-mêmes leur retraite.

3. De nombreux Canadiens considèrent la retraite comme un objectif en constante évolution

Les Canadiens ne modifient pas leurs objectifs de retraite, mais ajustent leur calendrier.

Constat : Les Canadiennes et Canadiens ne comblent pas cet écart au fil du temps. Au contraire, ils modifient leurs attentes. Plutôt que d'augmenter sensiblement leur épargne ou de changer leurs habitudes de planification dès le début, ils ont tendance à repousser les décisions importantes et à retarder leur départ à la retraite. Ils se disent qu'ils auront encore le temps d'épargner.

Données à l'appui :

60

Âge **idéal** moyen
de départ à la retraite

67

Âge **prévu** moyen de
départ à la retraite

Cet écart persiste dans la plupart des tranches d'âge et des groupes démographiques :

Âge	Âge idéal de départ à la retraite	Âge prévu de départ à la retraite	Différence (années)
18-29 ans	57	66	8
30-44 ans	58	67	8
45-59 ans	61	68	8
60-69 ans	64	68	5
70 ans et plus	70	77	6

Ce que cela nous apprend :

Pour de nombreux Canadiens, il existe un écart significatif de sept à huit ans entre la retraite qu'ils espèrent et celle à laquelle ils s'attendent de manière réaliste. Plutôt que de modifier leurs habitudes d'épargne dès le début, beaucoup s'adaptent en révisant leur calendrier de retraite et l'âge auquel ils envisagent de prendre leur retraite. En d'autres termes, l'objectif de retraite lui-même ne cesse de reculer. Cela suggère que le problème ne réside pas simplement dans la motivation ou la discipline. Il s'agit d'un schéma comportemental prévisible, façonné par l'incertitude, la complexité et un système de retraite qui donne à de nombreux Canadiens le sentiment qu'ils ont besoin de plus de temps pour se préparer.

4. Le problème du système de retraite

Pourquoi la planification de la retraite échoue dans la pratique

Constat : Le système de retraite actuel repose en grande partie sur la capacité des gens à prendre eux-mêmes des décisions financières complexes, alors que la plupart ne sont pas en mesure de gérer la planification de leur retraite de manière cohérente sur plusieurs décennies. On attend des gens qu'ils jonglent avec toute une série de facteurs clés, tels que la gestion des placements et le calendrier des retraits, l'estimation de leur espérance de vie et la prise en compte de l'inflation.

Données à l'appui :



38 % des Canadiens qui ne bénéficient pas d'un régime de retraite d'employeur déclarent **prendre peu ou pas de mesures pour épargner en vue de la retraite**



60 % des Canadiens dont le revenu est inférieur à 50 000 \$ affirment **ne pas épargner du tout pour la retraite**



Les participants à un régime de retraite sont près de **quatre fois plus susceptibles** que les non-participants d'utiliser toute la gamme des outils d'épargne-retraite (tels que les CELI, les REER et les comptes non enregistrés)

Ce que cela nous apprend :

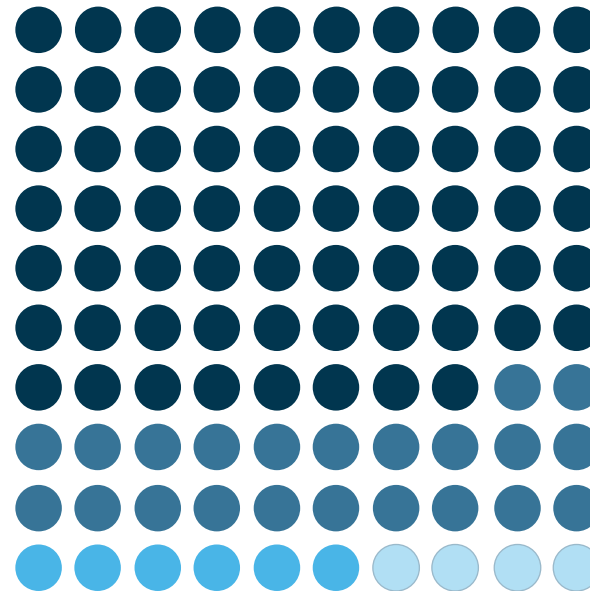
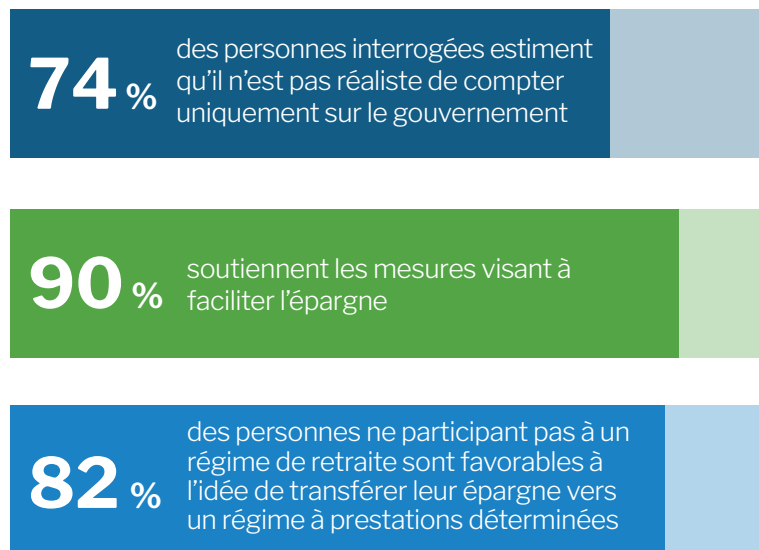
En l'absence d'une structure et d'un soutien intégrés au système, même les Canadiens les mieux intentionnés peuvent avoir du mal à obtenir des résultats satisfaisants en matière de retraite. Souvent, les gens préfèrent repousser les décisions financières importantes, éviter la complexité, repousser la date de leur départ à la retraite et ajuster progressivement leurs attentes au fil du temps, plutôt que de modifier concrètement leur comportement dès le début.

5. Le gouvernement ne peut pas tout faire

Les Canadiens souhaitent que le gouvernement crée davantage d'options

Constat : Il est largement admis que la sécurité de la retraite ne doit pas dépendre uniquement des programmes gouvernementaux.

Données à l'appui :



- 68 % Réalistes autonomes**
 - ✓ Favorables aux mesures
 - ✗ Le gouvernement ne peut pas
- 22 % Optimistes pragmatiques**
 - ✓ Favorables aux mesures
 - ✓ Le gouvernement peut
- 6 % Sceptiques désengagés**
 - ✗ Défavorables aux mesures
 - ✗ Le gouvernement ne peut pas
- 4 % Partisans du statu quo**
 - ✗ Défavorables aux mesures
 - ✓ Le gouvernement peut

Ce que cela nous apprend :

Les Canadiens ne recherchent pas simplement davantage de soutien de la part du gouvernement. Ils recherchent de meilleures solutions pour leur retraite. Les résultats indiquent une forte ouverture à des approches qui élargissent l'accès, simplifient l'épargne et offrent des perspectives de retraite plus structurées et plus prévisibles.

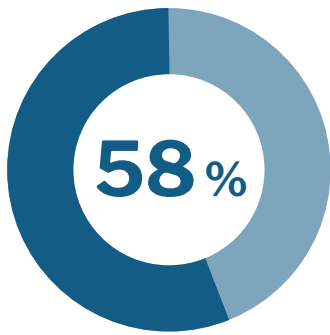
6. L'accès à des programmes en milieu de travail constitue le véritable obstacle

Les Canadiens ont la volonté d'épargner, mais ils ne disposent pas de tous les outils nécessaires.

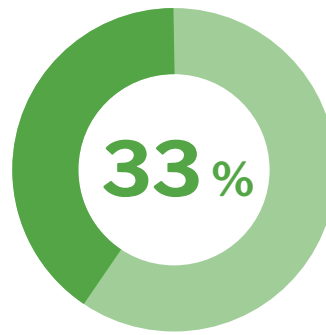
Constat : De nombreux Canadiens souhaitent épargner, mais n'ont pas accès aux bons outils. Sans cet accès, les personnes motivées à épargner sont livrées à elles-mêmes pour préparer leur retraite, souvent avec des résultats moins satisfaisants.

De plus, les régimes de retraite d'employeur ne fournissent pas seulement un revenu. Ils aident à transformer les intentions en actions en automatisant l'épargne et en réduisant la nécessité de prendre soi-même toutes les décisions.

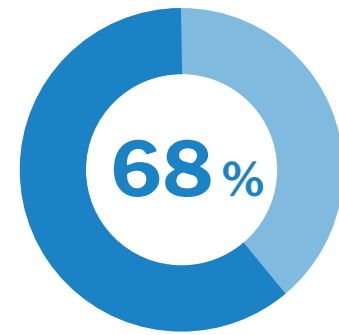
Données à l'appui :



58 % des Canadiens non retraités affirment que l'absence de régime de retraite d'employeur limite leur capacité à épargner.



33 % environ un tiers des retraités indiquent que cet obstacle les a empêchés d'épargner plus tôt dans leur vie



68 % des retraités qui ne bénéficient pas d'un régime de retraite auraient souhaité pouvoir cotiser à un tel régime plus tôt dans leur vie

Ce que cela nous apprend :

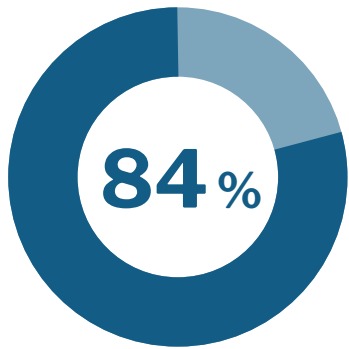
Il s'agit d'un problème d'accès, et pas seulement d'une question de comportement. Lorsqu'il n'existe pas de programmes structurés en milieu de travail, la prévisibilité des conditions de départ à la retraite s'en trouve compromise.

7. La sécurité de la retraite devient un atout pour attirer les talents

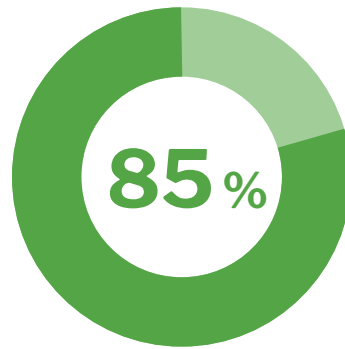
Les régimes de retraite constituent un levier stratégique dont l'importance va bien au-delà d'un simple « avantage »

Constat : Les régimes de retraite influencent la manière dont les talents choisissent leur emploi, perçoivent leur milieu de travail et restent dans l'entreprise.

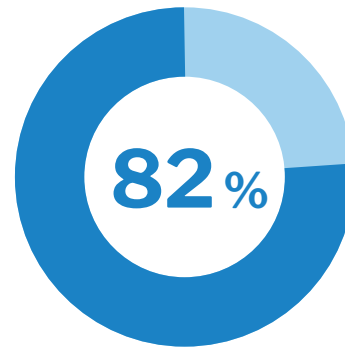
Données à l'appui :



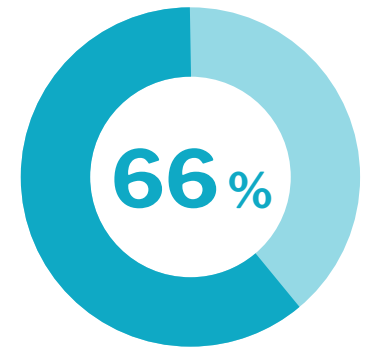
des personnes interrogées sont plus susceptibles d'accepter un emploi offrant un régime de retraite



affirment que les régimes de retraite renforcent la motivation au travail



des personnes à revenu élevé (gagnant plus de 200 000 dollars) s'accordent à dire qu'elles seraient beaucoup plus enclines à accepter un poste chez un employeur offrant un régime de retraite que chez un employeur qui n'en offre pas



Aperçu générationnel : 66 % des 18-29 ans sans régime de retraite déclarent qu'ils participeraient à un régime de retraite même sans cotisations de contrepartie de l'employeur

Ce que cela nous apprend :

Les régimes de retraite ne sont plus considérés comme un avantage lié seulement à la retraite. Ils influencent le choix du lieu de travail, le sentiment de soutien que les employés ressentent au travail et la durée de leur engagement au sein de l'entreprise. De plus en plus, les régimes de retraite deviennent un levier déterminant pour attirer et fidéliser les talents, renforcer l'engagement et assurer la stabilité à long terme du personnel.

8. Les Canadiens privilégient la prévisibilité

Le côté psychologique de la retraite, c'est un sentiment de sécurité. Ce n'est pas seulement un chiffre, c'est un sentiment.

Constat : La retraite est autant une question de sentiment de sécurité (état d'esprit) que de revenus.

Données à l'appui :



87 % des personnes interrogées affirment qu'épargner davantage leur apporterait une plus grande tranquillité d'esprit quant à l'avenir



Le soutien en faveur d'un meilleur système d'épargne-retraite est largement partagé parmi tous les groupes démographiques



Les préretraités qui s'attendent à recevoir une rente sont plus nombreux à déclarer qu'ils planifient bien leurs besoins futurs en matière de revenus de retraite que ceux qui ne s'attendent pas à recevoir une rente : **57 %** contre **47 %**



Parmi les retraités, ceux qui bénéficient d'un régime de retraite sont beaucoup plus susceptibles de déclarer avoir bien planifié leurs besoins en matière de revenus de retraite que ceux qui n'en bénéficient pas : **77 %** contre **53 %**

Ce que cela nous apprend :

Les Canadiens ne recherchent pas seulement un bon taux de rendement des placements. Ils souhaitent un système de retraite plus simple à comprendre et plus fiable à long terme. Les résultats indiquent qu'un revenu de retraite structuré peut contribuer à renforcer le sentiment d'être bien préparé, en particulier à la retraite, lorsque les plans financiers deviennent une réalité concrète.

9. Le pouvoir insoupçonné des régimes de retraite : favoriser de meilleures habitudes en matière de retraite

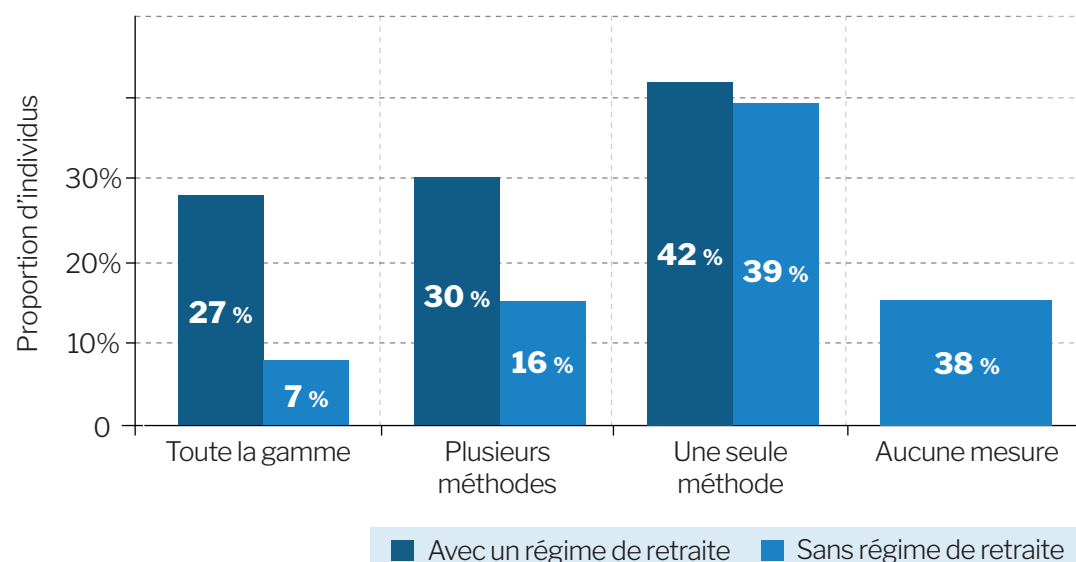
Les Canadiens bénéficiant d'un régime de retraite sont plus susceptibles d'utiliser d'autres outils pour épargner en vue de la retraite

Constat : Les Canadiens ne se contentent pas d'épargner davantage lorsqu'ils bénéficient d'un régime de retraite, ils s'impliquent davantage.

Données à l'appui :

- **27 %** des personnes participant à un régime de retraite utilisent une gamme complète d'outils d'épargne, alors que ce chiffre n'est que de **7 %** chez les personnes qui ne bénéficient pas d'un tel régime.
- Les Canadiens bénéficiant d'un régime de retraite d'entreprise sont globalement beaucoup plus engagés dans la planification de leur retraite : ils sont près de deux fois plus nombreux à recourir à plusieurs méthodes d'épargne en même temps (**30 %** contre **16 %**).
- **38 %** des personnes ne bénéficiant pas d'un régime de retraite ne prennent aucune mesure pour se préparer à la retraite

En l'absence de régime de retraite, l'inaction s'accroît et l'épargne globale diminue



Ce que cela nous apprend :

Les régimes de retraite semblent jeter les bases d'habitudes plus saines en matière d'épargne-retraite en offrant aux gens un moyen structuré et automatique d'épargner. Sans cette structure, la procrastination et l'inaction peuvent s'installer, même chez les personnes qui ont l'intention d'épargner. Les régimes de retraite qui automatisent les cotisations pour en faire un flux de revenus prévisible permettent de surmonter ces obstacles comportementaux, donnant ainsi aux Canadiens un sentiment concret de progrès et de confiance en leur future retraite.

Conclusion

Une occasion en or

Les conclusions de cette étude révèlent un écart manifeste entre la vision que les Canadiens se font de la retraite et la réalité à laquelle beaucoup sont confrontés ou à laquelle ils se préparent. Elles mettent également en évidence une excellente occasion de repenser le fonctionnement de la retraite au Canada.

La sécurité financière à la retraite ne devrait pas dépendre de conjectures, de la tendance des marchés ou de l'espoir que l'épargne dure suffisamment longtemps. Elle devrait reposer sur une plus grande clarté, une meilleure prévisibilité et des résultats sur lesquels les gens peuvent compter.

Nous avons une occasion unique de repenser la conception de notre système de retraite. Celui-ci devrait mieux refléter le comportement réel des gens, offrir davantage de prévisibilité et permettre d'aborder la retraite avec plus de confiance. Cela implique d'élargir l'accès à des solutions, telles que les régimes de retraite d'employeur à prestations déterminées, qui garantissent la sécurité du revenu, simplifient la prise de décision et répondent mieux aux réalités d'aujourd'hui. Nous en sortirons tous gagnants.



À propos du Régime de retraite des CAAT

Créé en 1967, le Régime de retraite des CAAT est un Régime indépendant, géré conjointement, qui offre des régimes de retraite à prestations déterminées prisées par les participants. Initialement créé à l'intention du système collégial de l'Ontario, le Régime s'est développé et compte aujourd'hui plus de 850 employeurs répartis dans 20 industries du secteur privé, du secteur à but non lucratif et du secteur public élargi. Il compte actuellement plus de 125 000 participants.

Le Régime des CAAT est respecté pour son expertise en matière de gestion des pensions et des placements ainsi que pour l'importance qu'il accorde à la stabilité et à la sécurité des prestations. Au 1^{er} janvier 2026, le Régime était capitalisé à 124 % selon l'approche de continuité.

Pour en savoir plus, consultez le site Web :
caatpension.ca



À propos de l'étude

L'étude a été réalisée par Spark* au moyen d'un sondage en ligne auprès de 3 317 résidentes et résidents du Canada âgés de 18 ans et plus. L'échantillon était représentatif de l'ensemble de la population canadienne, et le sondage a été mené du 30 novembre au 5 décembre 2025. La marge d'erreur approximative est de $\pm 1,7$ point de pourcentage, 19 fois sur 20.

Ce matériel est fourni uniquement à titre informatif et ne constitue en aucun cas un conseil financier, juridique ou en matière de placement. © Régime de retraite des CAAT