

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Depuis son lancement en 2009, le régime de l'auto-entrepreneur – devenu micro-entrepreneur en 2016 – s'est imposé comme une véritable révolution dans l'univers entrepreneurial français. Conçu pour simplifier l'accès à la création d'entreprise, il est rapidement devenu un baromètre des évolutions du travail, révélant de nouvelles aspirations : autonomie, flexibilité, et missions à la demande.

Chez Hello Masters, ce sujet revient régulièrement au cœur des échanges. En seconde partie de carrière, l'auto-entrepreneuriat s'impose souvent comme une option incontournable pour valoriser son expertise, rebondir après une transition ou repenser son parcours professionnel.

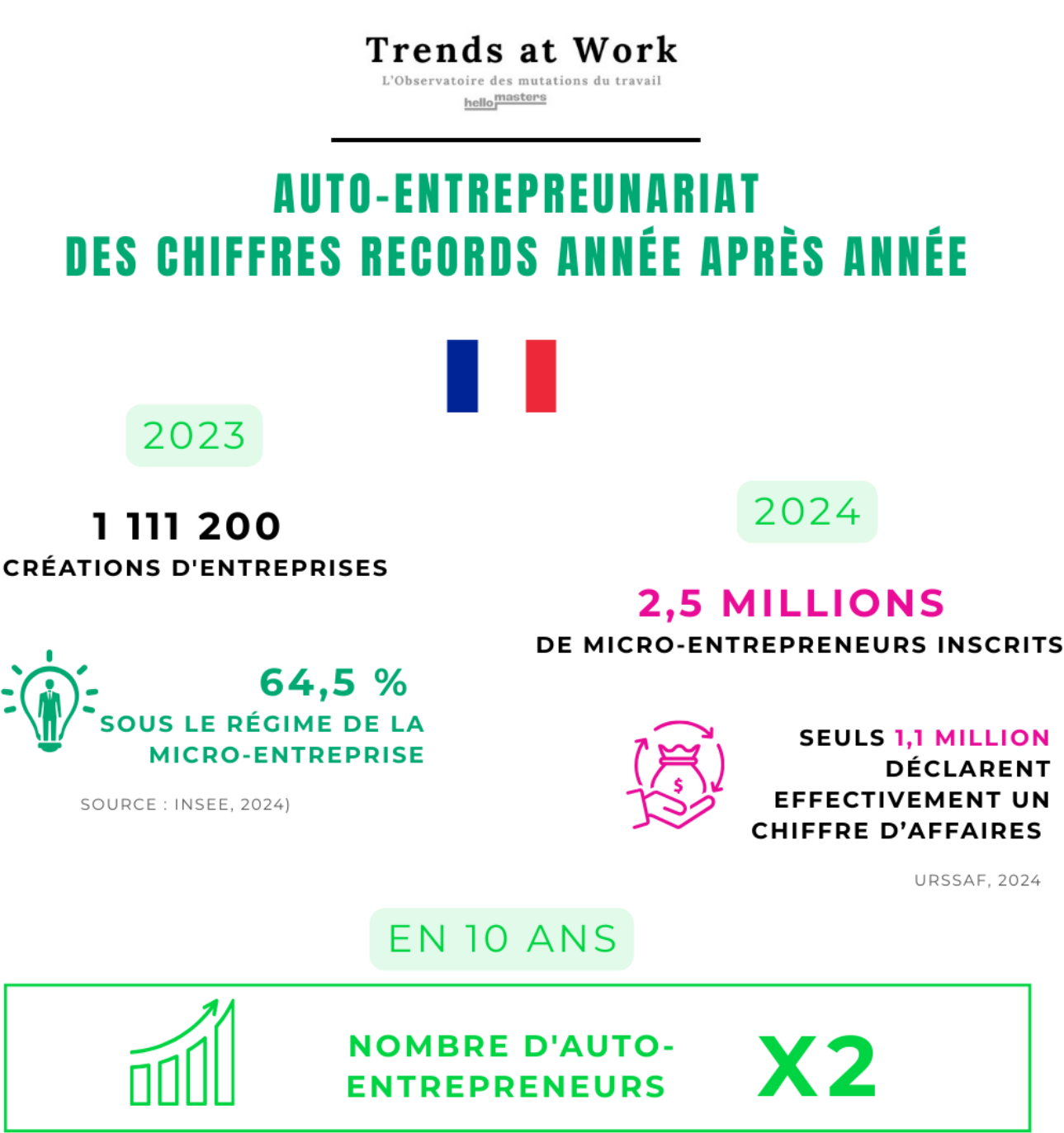
C'est pourquoi nous avons choisi d'explorer les chiffres et les tendances derrière ce phénomène, afin de mieux comprendre ce que recouvre réellement ce statut pour les cadres expérimentés : opportunité stratégique ou cadre contraint ?

Des chiffres records année après année

Seuls **1,1 million** déclarent effectivement un chiffre d'affaires : un indicateur fort que ce régime est souvent utilisé comme un **outil flexible**, aussi bien pour des activités principales que pour des compléments de revenu ou des projets en gestation.
(Source : URSSAF, 2024)

Sur les dix dernières années, le nombre d'auto-entrepreneurs a tout simplement **doublé**, porté par :

- Une recherche accrue de **flexibilité professionnelle**.
- La volonté de contourner la complexité administrative des structures classiques.
- Et une transformation profonde du rapport au travail.



Pourquoi un tel engouement ?

L'essor fulgurant de ce régime s'explique par plusieurs facteurs conjoncturels et structurels :

- Simplicité et accessibilité :**
Déclaration rapide, charges sociales proportionnelles au chiffre d'affaires, pas de TVA sous un certain seuil... Le régime lève les freins administratifs qui découragent souvent les porteurs de projets.
- Adaptation aux nouvelles formes de travail :**
Avec la montée du freelancing, du télétravail, et de l'économie des plateformes, le micro-entrepreneuriat s'impose comme une réponse agile aux besoins d'indépendance.
- Un levier face aux mutations économiques :**
Crises économiques, reconversions, recherche de sens : le statut est devenu une solution rapide pour reprendre la main sur son activité professionnelle.

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Une croissance qui interroge

Si ces chiffres traduisent une dynamique positive d'entrepreneuriat accessible, ils révèlent aussi des zones d'ombre :

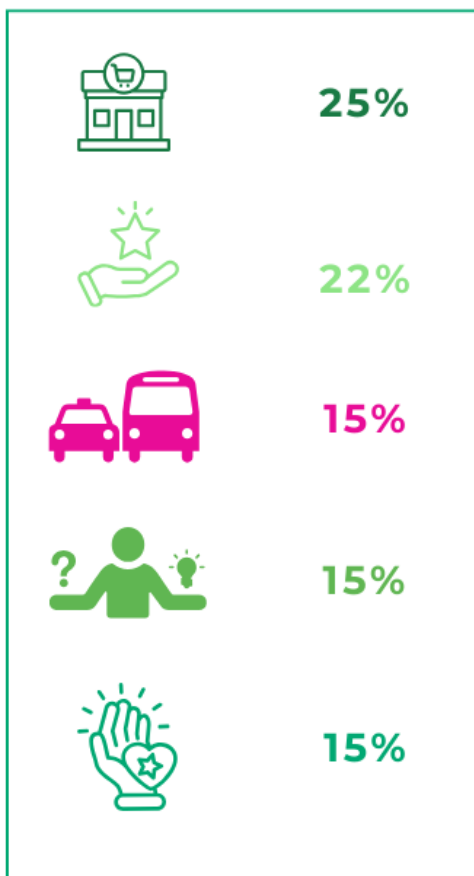
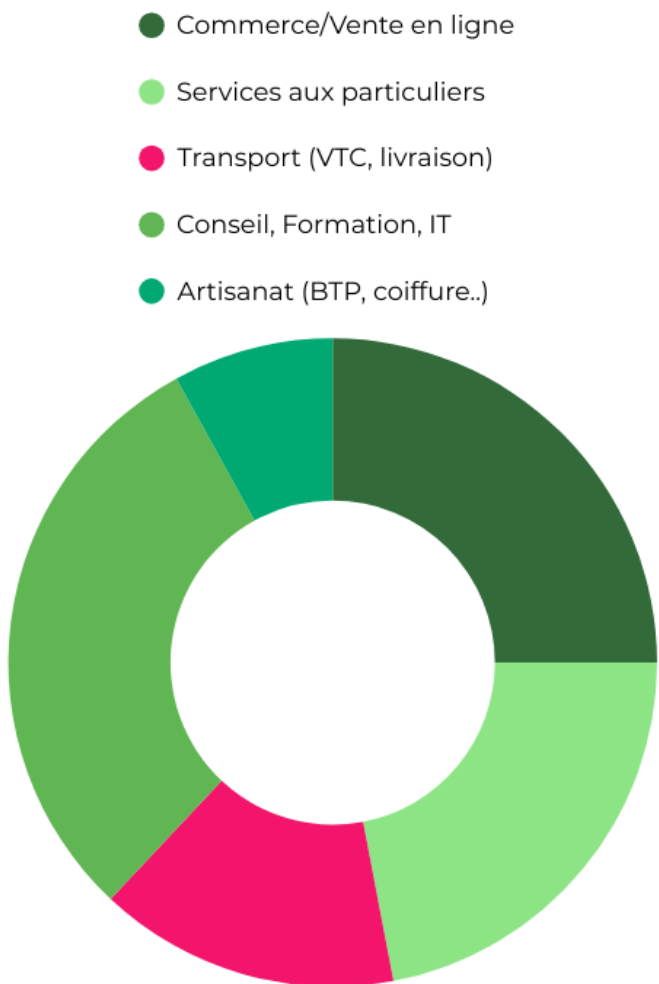
- Une majorité de micro-entrepreneurs génèrent un **chiffre d'affaires modeste, voire nul**.
- Le régime est parfois utilisé comme un **substitut à l'emploi salarié**, posant des questions sur la précarisation de certaines activités (livraison, VTC, etc.).
- Enfin, il est devenu un **outil de transition**, plus qu'une finalité pour bon nombre d'inscrits.

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



AUTO-ENTREPREUNARIAT DES ACTIVITÉS CONCENTRÉES SUR CERTAINS SECTEURS



Des activités concentrées autour de quelques secteurs

Si le régime de la micro-entreprise séduit par sa simplicité, il ne concerne pas de manière uniforme l'ensemble des secteurs économiques. En réalité, l'activité des auto-entrepreneurs est fortement polarisée autour de quelques domaines bien identifiés.

SOURCE : URSSAF & INSEE, 2024)

Cette répartition met en lumière deux réalités complémentaires :

Des secteurs accessibles avec peu d'investissement initial

Le commerce en ligne, les services à la personne, ou encore les activités de transport sont plébiscités pour leur **facilité de mise en œuvre** sous ce régime. Ils attirent des profils variés, souvent en quête d'un complément de revenu ou d'une activité indépendante rapidement opérationnelle

La montée en puissance du tertiaire intellectuel

Avec **30 % des auto-entrepreneurs actifs**, le trio **Conseil - Formation - IT** s'impose comme un pôle majeur de l'auto-entrepreneuriat. Cette progression reflète :

- La croissance des métiers de l'**expertise à la demande**.
- Le développement du **freelancing qualifié**.
- L'attrait pour des prestations à forte valeur ajoutée, nécessitant peu de capital mais beaucoup de **compétences** et d'**expérience**.

C'est dans ce dernier segment que l'on observe une présence croissante des **cadres** et des profils expérimentés, notamment dans les domaines du **management**, de la **transformation digitale**, des **ressources humaines**, ou encore du **coaching professionnel**.

Trends at Work, l'Observatoire des mutations du travail par Hello Masters – À l'avant-garde des transformations du monde professionnel, Trends at Work décrypte les grandes tendances, enjeux, et défis des organisations d'aujourd'hui et de demain.

Hello Masters est le 1er réseau social professionnel dédié aux cadres et dirigeant(e)s expérimentés. Fort de plus de 20 ans d'expérience, chaque membre y trouve une communauté pour échanger, valoriser ses compétences et contribuer activement à une transition durable du travail.

www.hello-masters.com

media@hello-masters.com

L’Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Une concentration révélatrice

Si la diversité des activités est réelle, la concentration sur ces secteurs souligne que le régime de la micro-entreprise répond avant tout à deux logiques :

1. L'accès facilité à des métiers indépendants classiques ou émergents.
2. La transformation du travail intellectuel en prestations ponctuelles, adaptées aux besoins des entreprises en quête de flexibilité.

Cette dynamique est particulièrement visible chez les **cadres** et les **seniors**, qui trouvent dans ces secteurs une opportunité de valoriser leur savoir-faire sans les contraintes d’une structure lourde.



L’Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Entreprendre pour expérimenter

Pour **30 %** des micro-entrepreneurs, ce régime est perçu comme un **terrain d’expérimentation**. La simplicité administrative et l'absence de risque patrimonial en font un outil idéal pour :

- Lancer une activité à titre **test** avant d'envisager une montée en puissance.
- Valider un projet de reconversion ou de diversification.
- Développer une activité parallèle à un emploi salarié.

Cette logique est fréquente chez les cadres en réflexion sur leur avenir professionnel, notamment ceux envisageant un passage progressif vers l’indépendance ou l'entrepreneuriat à temps plein.

Une réponse à des situations subies

Enfin, pour un quart des inscrits, l'auto-entrepreneuriat est davantage une **solution conjoncturelle** qu'un choix pleinement volontaire. Il intervient souvent dans des contextes de :

- **Chômage** ou sortie de poste (licenciement, rupture conventionnelle).
- Nécessité de générer rapidement un **revenu complémentaire**.
- Difficulté à retrouver un emploi salarié, notamment pour les profils seniors.

Cette réalité est particulièrement marquée chez les travailleurs des secteurs comme le transport ou les services à la personne, mais elle touche également des **cadres en transition**, confrontés à un marché de l’emploi exigeant.

Motivations des cadres : une approche plus stratégique

Pour les **cadres** et **seniors**, l'adoption du statut s’inscrit majoritairement dans une logique de :

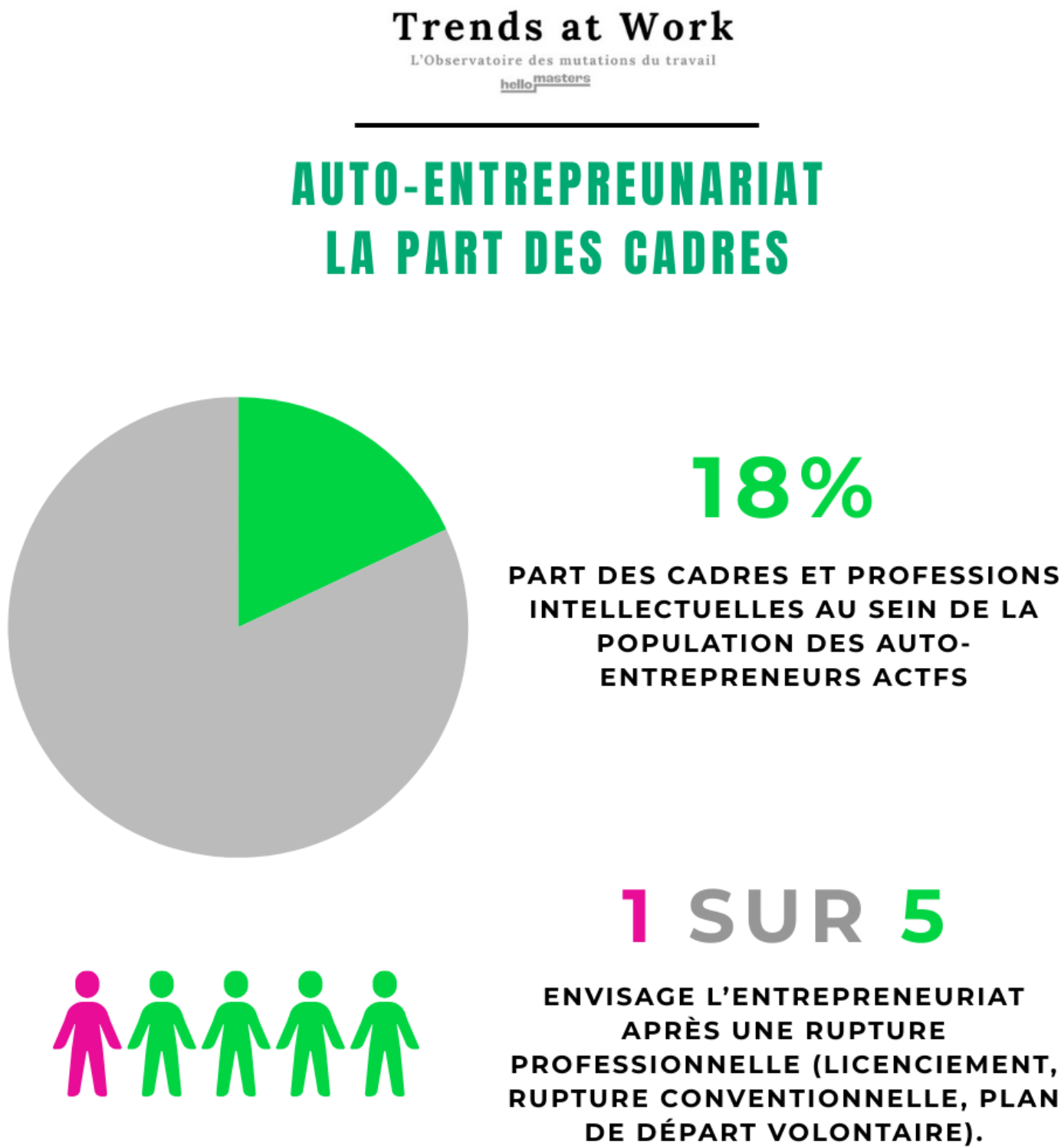
- **Valorisation de l’expérience acquise** sous forme de prestations (conseil, formation, management de transition).
- Recherche d’un **nouveau rythme professionnel**, plus aligné avec leurs aspirations après une carrière salariée.
- Outil de **transition souple** après une rupture ou avant un éventuel changement de statut (SASU, portage).

La part des cadres : Une dynamique discrète mais structurante

Un régime de plus en plus prisé par les cadres

Initialement pensé pour simplifier la vie des artisans, commerçants et professions libérales, le régime de la micro-entreprise séduit aujourd’hui une population bien différente : celle des **cadres** et des **professions intellectuelles supérieures**.

Cette évolution illustre comment le statut a su s’adapter aux transformations du marché du travail, devenant un véritable **outil stratégique** pour des profils qualifiés en quête de nouvelles formes d'activité.



SOURCE : APEC 2024

L’Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Pourquoi les cadres adoptent-ils ce statut ?

Pour les cadres, le choix du régime micro-entrepreneur est rarement lié au hasard. Il répond à des **objectifs précis**, parmi lesquels :

1. **Transformer leur expertise en offre de services**
Qu’il s’agisse de conseil, de formation, ou de management de transition, le régime permet de valoriser rapidement des compétences acquises pendant des années en entreprise.
2. **Tester l’indépendance sans engagement lourd**
Le statut est perçu comme une **solution souple** pour amorcer une activité, sans les contraintes d'une structure classique (SASU, EURL), ni les coûts associés.
3. **Rebondir efficacement après une sortie de poste**
Pour les cadres en transition, la micro-entreprise devient un levier pour rester actif, maintenir un réseau, et générer des revenus en attendant de stabiliser leur nouvelle trajectoire professionnelle.
4. **Préparer une seconde partie de carrière**
Les cadres expérimentés utilisent ce statut comme une **passerelle vers une activité choisie**, souvent orientée vers des missions ponctuelles ou du temps partagé.

Profil type du cadre auto-entrepreneur

Si la population des micro-entrepreneurs est hétérogène, le profil des **cadres** qui adoptent ce régime présente des caractéristiques assez marquées. Ces professionnels expérimentés s’inscrivent dans une démarche souvent réfléchie, à la croisée de la valorisation de leur expertise et d’une recherche de flexibilité.

Une réponse à la transformation des relations de travail

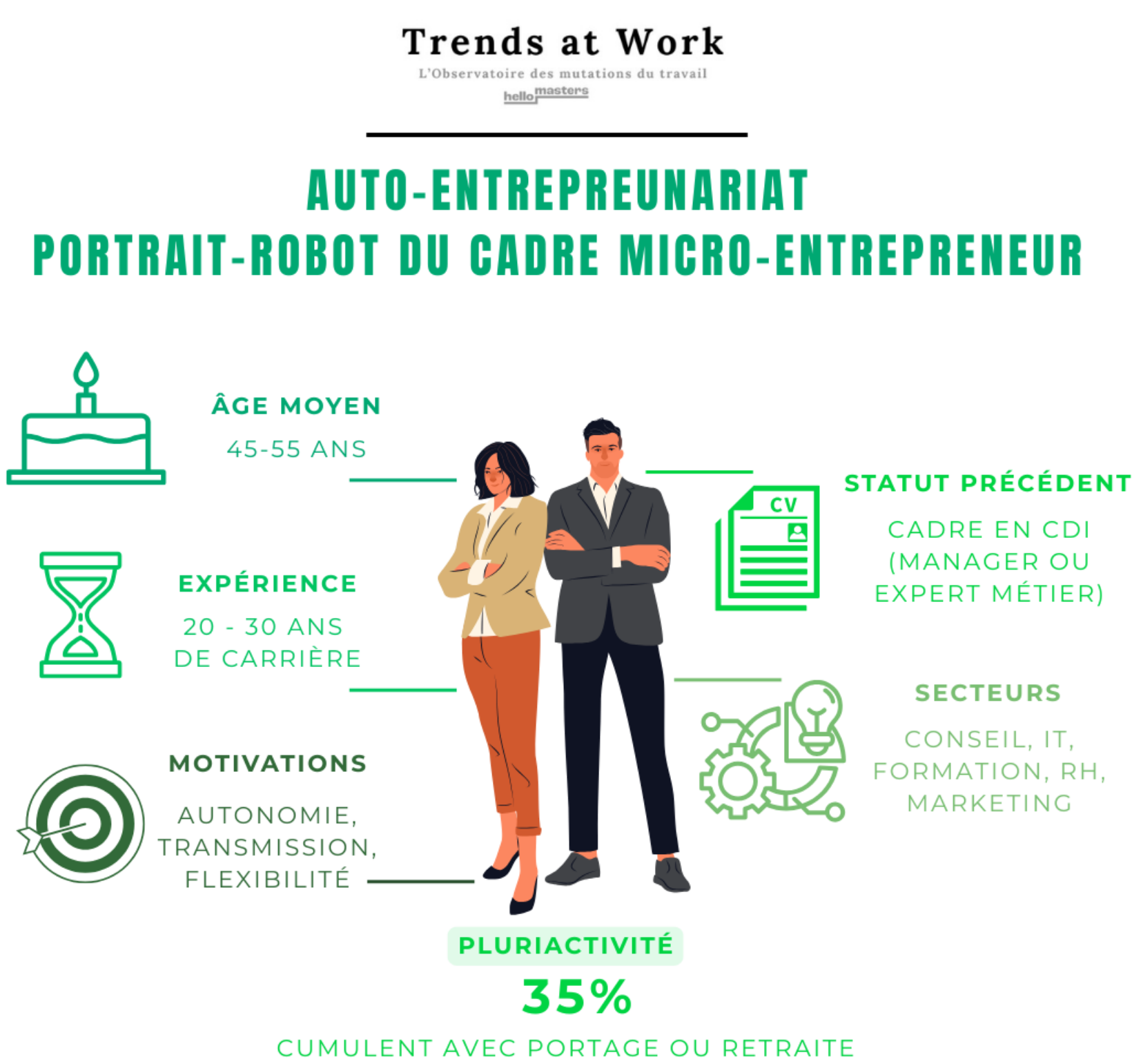
L'essor du micro-entrepreneuriat chez les cadres s’inscrit dans un contexte plus large où :

- Les entreprises recherchent de plus en plus des **compétences ponctuelles**, sous forme de missions externalisées.
- Le **CDI** n’est plus perçu comme la seule voie de sécurité ou d’épanouissement.
- La notion de "**carrière portfolio**" (enchaînement de projets variés) gagne du terrain, notamment chez les profils expérimentés.

Un choix pragmatique avant tout

Contrairement aux idées reçues, peu de cadres envisagent la micro-entreprise comme un projet entrepreneurial "classique" (créer une société pérenne, embaucher, développer une marque). Il s'agit plutôt d'un **outil opérationnel**, utilisé pour :

- Démarrer rapidement une activité indépendante.
- Gérer des missions de **consulting**, de **formation**, ou de **pilotage de projet**.
- Organiser une transition vers d'autres formes juridiques plus adaptées si l'activité se développe.



Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Deux grands profils dominants

Les cadres qui basculent sous le régime de la micro-entreprise se répartissent majoritairement en deux catégories :

Le consultant indépendant "post-CDI"

- Ancien manager ou expert métier, ce profil choisit de **transformer son expérience** en prestations de conseil, de gestion de projet ou d'accompagnement stratégique.
- Il s'appuie souvent sur un **réseau professionnel solide** pour décrocher ses premières missions.
- La micro-entreprise est perçue comme une **solution de démarrage rapide**, avant d'évoluer vers des formes juridiques plus complexes si l'activité se pérennise.

Le senior actif en transition ou en cumul

- Après une fin de carrière salariée, un **outplacement** ou un départ à la retraite, ces cadres expérimentés choisissent de rester actifs via des missions ponctuelles.
- Ils privilégient des activités de **formation**, de **coaching**, ou de **management de transition**.
- Ce profil utilise souvent la micro-entreprise comme un **complément de revenu**, ou par volonté de **transmettre son savoir-faire**.

Une approche souvent pragmatique

Pour ces cadres, le régime micro-entrepreneur n'est pas une finalité, mais bien un **outil de transition ou d'optimisation**. Il permet de :

- Maintenir une activité professionnelle** après une carrière salariée.
- Gérer en souplesse** des missions sans créer une structure complexe.
- Tester de nouvelles offres (formation, conseil) avant d'envisager un développement plus ambitieux.

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



AUTO-ENTREPREUNARIAT FORTE PRÉSENCE DANS LES GRANDES MÉTROPOLES DES CADRES INDÉPENDANTS



ÎLE DE FRANCE

35%

CŒUR ÉCONOMIQUE DU PAYS, LA RÉGION PARISIENNE CONCENTRE L'ESSENTIEL DES OPPORTUNITÉS EN MATIÈRE DE CONSEIL, DE MANAGEMENT DE TRANSITION, ET DE MISSIONS DIGITALES.



AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

15%

AVEC LYON COMME MOTEUR, CETTE RÉGION S'IMPOSE COMME LE SECOND PÔLE D'ATTRACTIVITÉ POUR LES CADRES INDÉPENDANTS, NOTAMMENT DANS L'INDUSTRIE, LA TECH ET LES SERVICES AUX ENTREPRISES.



PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

12%

LA RÉGION BÉNÉFICIE D'UN TISSU DYNAMIQUE AUTOUR DE MARSEILLE, NICE ET SOPHIA ANTIPOLIS, AVEC UN FORT DÉVELOPPEMENT DANS LE NUMÉRIQUE ET LES SERVICES.

AUTRES MÉTROPOLES RÉGIONALES

LILLE, BORDEAUX, NANTES ET TOULOUSE ATTIRENT ÉGALEMENT UNE PART CROISSANTE DE CADRES INDÉPENDANTS, PROFITANT DE L'ESSOR DU TÉLÉTRAVAIL ET DE LA DÉCENTRALISATION DE CERTAINES ACTIVITÉS.

SOURCES : INSEE 2024

L'essor du télétravail indépendant et des "néo-ruraux"

Si la majorité des missions reste liée aux grandes agglomérations, on observe depuis la crise sanitaire une tendance intéressante :

De plus en plus de cadres choisissent de **s'installer en région**, tout en conservant une clientèle située dans les grandes villes, en particulier à Paris.

Ce phénomène est facilité par :

- La généralisation des outils numériques.
- L'acceptation du **travail à distance** par les entreprises clientes.
- La recherche d'une **qualité de vie améliorée**, notamment pour les seniors.

Cette évolution contribue à **rééquilibrer géographiquement** l'auto-entrepreneuriat qualifié, même si la majorité des opportunités restent concentrées autour des grands bassins économiques.

Trends at Work, l'Observatoire des mutations du travail par Hello Masters – À l'avant-garde des transformations du monde professionnel, Trends at Work décrypte les grandes tendances, enjeux, et défis des organisations d'aujourd'hui et de demain.

Hello Masters est le 1er réseau social professionnel dédié aux cadres et dirigeant(e)s expérimentés. Fort de plus de 20 ans d'expérience, chaque membre y trouve une communauté pour échanger, valoriser ses compétences et contribuer activement à une transition durable du travail.

www.hello-masters.com

media@hello-masters.com

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Chiffre d'affaires & rémunération : La réalité derrière les moyennes

Lorsqu'on évoque les revenus des micro-entrepreneurs, les chiffres officiels peuvent donner une image trompeuse, surtout lorsqu'on parle des **cadres** et des profils qualifiés. Il est essentiel de distinguer la **moyenne globale** — tirée vers le bas par une majorité d'activités secondaires ou peu actives — de la réalité économique des indépendants expérimentés qui utilisent ce statut comme un véritable outil professionnel.

Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



AUTO-ENTREPREUNARIAT CHIFFRES GLOBAUX A RELATIVISER

Ces chiffres s'expliquent par :

- La forte proportion d'activités **complémentaires** ou **occasionnelles**.
- L'usage du régime comme simple **structure administrative** en attente de projets concrets.
- Des secteurs à faible valeur ajoutée où les marges sont réduites (livraison, artisanat, etc.).



10 000€

LE CHIFFRE D'AFFAIRES MOYEN DES MICRO-ENTREPRENEURS TOUS SECTEURS CONFONDUS EST D'ENVIRON 10 000 € PAR AN.



40%

PRÈS DE 40 % DES AUTO-ENTREPRENEURS DÉCLARENT UN CA NUL SUR L'ANNÉE.

SOURCES : URSAFF 2024

La réalité économique des cadres auto-entrepreneurs

Pour les cadres actifs dans le **conseil**, la **formation**, l'**IT** ou le **management de transition**, les niveaux de revenus sont sans commune mesure avec ces moyennes nationales.

AUTO-ENTREPREUNARIAT LA RÉALITÉ ÉCONOMIQUE DES CADRES AUTO-ENTREPRENEURS



400€ À 700€ / JOUR



100 À 140 JOURS FACTURÉS/AN



45 000€ À 70 000€ CHIFFRE D'AFFAIRES MÉDIAN



2 500€ À 3 500€ NET/MOIS

SOURCES : APEC, ITG PORTAGE 2024

Pour les profils très spécialisés, le **TJM** peut dépasser les **800€**, notamment dans les secteurs de la cybersécurité, de la finance, ou de la transformation digitale.

Le plafond du régime : une limite rapidement atteinte

- Le plafond de chiffre d'affaires pour les prestations de services est fixé à **77 700 € en 2025**.
- De nombreux cadres atteignent ce plafond au bout de **2 à 3 ans d'activité régulière**, les contraignant à :
 - **Changer de statut** (SASU, EURL) pour continuer à croître.
 - Ou limiter volontairement leur volume d'activité pour rester dans le cadre fiscal avantageux du régime.

Cette contrainte fait de la micro-entreprise un **statut de démarrage** ou un outil pour gérer des missions ponctuelles, mais rarement une solution durable pour des profils ambitieux.

Trends at Work, l'Observatoire des mutations du travail par Hello Masters – À l'avant-garde des transformations du monde professionnel, Trends at Work décrypte les grandes tendances, enjeux, et défis des organisations d'aujourd'hui et de demain.

Hello Masters est le 1er réseau social professionnel dédié aux cadres et dirigeant(e)s expérimentés. Fort de plus de 20 ans d'expérience, chaque membre y trouve une communauté pour échanger, valoriser ses compétences et contribuer activement à une transition durable du travail.

www.hello-masters.com

media@hello-masters.com

L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Les points de vigilance à ne pas sous-estimer

Même avec des revenus corrects, les cadres auto-entrepreneurs doivent composer avec plusieurs limites structurelles :

- Périodes creuses fréquentes :**
La prospection, les délais entre deux missions, ou des cycles économiques peuvent impacter fortement la régularité des revenus.
- Protection sociale réduite :**
Comparée à celle d'un cadre salarié, la couverture en matière de retraite, prévoyance, ou arrêt maladie est bien moindre.
- Accès limité au crédit :**
Les banques restent frileuses vis-à-vis des micro-entrepreneurs, même cadres, en raison de l'irrégularité perçue des revenus.
- Charge administrative :**
Bien que simplifié, le régime impose une gestion rigoureuse (facturation, déclarations, veille fiscale).

Entre opportunité et gestion des contraintes

Pour les cadres expérimentés, le régime micro-entrepreneur est avant tout :

- Un **levier efficace** pour monétiser rapidement leur expertise.
- Une solution adaptée aux activités **individuelles**, sans coûts fixes élevés.
- Mais aussi un cadre à gérer avec lucidité, en anticipant la nécessité de **changer de structure** si l'activité se développe au-delà du plafond.

TOP 5 DES PRESTATIONS RÉALISÉES PAR LES CADRES INDÉPENDANTS



Trends at Work

L'Observatoire des mutations du travail



L'Auto-Entrepreneuriat en France : Une liberté sous conditions

Des missions adaptées à l'évolution du marché

Les missions proposées aux cadres auto-entrepreneurs répondent à plusieurs besoins des entreprises :

- **Externaliser des compétences clés** sans engagement long terme.
- Accéder à des profils **expérimentés** pour piloter des projets complexes.
- Répondre à des enjeux ponctuels : transformation, crise, croissance, innovation.
- Bénéficier d'une **vision externe** et agile, sans la lourdeur d'un recrutement permanent.

Durée et fréquence des missions

- **Missions longues** :
Management de transition ou pilotage de projet stratégique (plusieurs mois).
- **Missions récurrentes** :
Temps partagé (1 à 2 jours par semaine sur la durée).
- **Missions courtes** :
Audits, formations, ateliers, coaching ciblé (quelques jours à quelques semaines).

Cette diversité permet aux cadres de **moduler leur activité** selon leurs objectifs : certains privilégient un temps partiel choisi, d'autres enchaînent plusieurs missions pour maximiser leur chiffre d'affaires.

Des opportunités portées par l'évolution du travail

Plusieurs tendances majeures devraient continuer à stimuler l'essor des cadres auto-entrepreneurs à horizon 2030 :

La quête de flexibilité par les entreprises

- Les organisations privilégient de plus en plus des modèles **agiles**, intégrant des ressources externes pour des besoins ponctuels ou spécialisés.
- Le recours à des **experts indépendants** devient une norme, notamment dans les domaines du conseil, de la transformation digitale, ou du management de transition.

Le déclin du modèle "CDI à vie"

- Les parcours professionnels deviennent plus **fragmentés** et personnalisés.
- Pour les cadres expérimentés, l'indépendance est perçue comme un moyen de **maîtriser leur seconde partie de carrière**, avec davantage de liberté et de diversité dans les missions.

L'essor des missions à forte valeur ajoutée

- Les entreprises recherchent des compétences pointues, souvent difficiles à recruter en interne.
- Le **fractional management** s'impose comme une solution gagnant-gagnant.

Transition démographique et valorisation des seniors

- Face au vieillissement de la population active, les cadres seniors deviennent une **réserve stratégique de compétences**.
- L'auto-entrepreneuriat offre un cadre souple pour prolonger l'activité au-delà de la retraite ou après une sortie de poste.

L'auto-entrepreneuriat n'est ni un Graal, ni une désillusion. C'est un cadre souple, à manier avec lucidité, qui peut devenir un formidable levier pour les cadres prêts à transformer leur expérience en valeur économique.

Avec les bons outils, un réseau solide et une stratégie claire, cette voie peut ouvrir de nouvelles perspectives professionnelles, plus libres et alignées avec les aspirations des talents expérimentés.

Et c'est là que des initiatives comme Hello Masters jouent un rôle clé : celui d'accompagner cette transition, non pas comme une aventure solitaire, mais comme une opportunité collective de redessiner les contours du travail indépendant pour les profils seniors et experts.

Trends at Work, l'Observatoire des mutations du travail par Hello Masters – À l'avant-garde des transformations du monde professionnel, Trends at Work décrypte les grandes tendances, enjeux, et défis des organisations d'aujourd'hui et de demain.

Hello Masters est le 1er réseau social professionnel dédié aux cadres et dirigeant(e)s expérimentés. Fort de plus de 20 ans d'expérience, chaque membre y trouve une communauté pour échanger, valoriser ses compétences et contribuer activement à une transition durable du travail.

www.hello-masters.com

media@hello-masters.com