

Quel sera le montant de ma retraite ?



Le montant
de ma retraite

Le taux maximum

Améliorer ma retraite

Le montant minimum

Quel sera le montant de ma retraite ?

Vous êtes ou avez été salarié du secteur privé ?
Vous relevez donc du régime général de la Sécurité sociale et votre retraite de base est gérée par l'Assurance retraite (Cnav, Carsat, CGSS, CSS).

Retrouvez dans ce guide les éléments qui déterminent le calcul de votre retraite de base et les différents leviers à votre disposition pour améliorer son montant.

Sachez aussi que vous recevrez une retraite complémentaire*. Si vous avez exercé des activités relevant de régimes différents, vous percevrez autant de retraites différentes**.

* Consultez www.agirc-arrco.fr ou www.ircantec.retraites.fr.

** À noter : si vous avez également été salarié agricole, artisan ou commerçant, votre retraite est, dans la plupart des cas, prise en charge par le dernier régime auquel vous avez cotisé (l'Assurance retraite, la Mutualité sociale agricole ou la Sécurité sociale pour les indépendants). Ce dernier vous verse ensuite une seule retraite au titre de ces activités.

**De quoi dépend le montant
de ma retraite de base ?** /page 4

Tout savoir sur le taux de ma retraite /page 8

**Comment améliorer
ma future retraite ?** /page 10

Un montant minimum de retraite /page 13

Préparer ma retraite /page 15

Annexes /page 16



De quoi dépend le montant de ma retraite de base ?

Le montant de votre retraite de base dépend principalement de trois facteurs : vos revenus d'activité, votre durée d'assurance et votre âge de départ.

Les revenus

Le montant de votre retraite dépend notamment de votre "revenu annuel moyen". Il représente la moyenne de vos 25 meilleurs revenus annuels.



IMPORTANT

Les revenus de l'année de votre départ à la retraite ne sont pas retenus dans votre revenu annuel moyen. Selon votre situation, il peut être intéressant de différer votre départ au 1^{er} janvier de l'année suivante.

La durée d'assurance*

Le montant de votre retraite dépend également de votre durée d'assurance, c'est-à-dire de votre nombre de trimestres.

Tous vos trimestres validés sont pris en compte, c'est-à-dire :

- les trimestres pour lesquels vous avez versé des cotisations vieillesse ;
- les trimestres dits assimilés, qui correspondent à des périodes d'interruption de travail (chômage,

maladie, invalidité, maternité, accident du travail, service national, etc.) ;

- les trimestres de majoration d'assurance (pour la naissance et l'éducation d'un enfant, pour congé parental, etc.).

Si vous n'avez pas le nombre de trimestres nécessaires, le montant de votre retraite est réduit.

MON ESPACE PERSONNEL

Pour savoir combien de trimestres vous avez déjà acquis, rendez-vous sur www.lassuranceretraite.fr et utilisez le service "**Consulter mon relevé de carrière tous régimes**", disponible dans votre espace personnel.



L'âge de départ*

À compter de 62 ans, vous pouvez partir à la retraite. Cependant, pour bénéficier d'une retraite au taux maximum, vous devez également réunir un certain nombre de trimestres (voir chapitre suivant).

Si vous partez à la retraite alors que vous ne réunissez pas le nombre de trimestres nécessaires, cela peut avoir un impact sur le montant de votre retraite.

* Voir annexes 1, 2 et 3 : pages 16 à 18.

Les majorations du montant de ma retraite

Trois majorations peuvent s'ajouter au montant de votre retraite de base.

MAJORATION POUR 3 ENFANTS

Si vous avez eu 3 enfants ou plus, le montant de votre retraite est augmenté de 10 %. Les enfants qui ne sont pas les vôtres mais que vous avez élevés pendant 9 ans avant l'âge de 16 ans ouvrent également droit à cette majoration, s'ils ont été à votre charge ou à celle de votre conjoint.

MAJORATION POUR TIERCE PERSONNE

Vous pouvez obtenir cette majoration si vous avez une retraite au titre

de l'incapacité au travail (ou une retraite substituée à une pension d'invalidité) et si vous avez besoin, avant l'âge du taux maximum automatique (entre 65 et 67 ans), de l'aide constante d'une personne pour accomplir les actes ordinaires de la vie.

MAJORATION DE LA RETRAITE ANTICIPÉE POUR ASSURÉS HANDICAPÉS

Elle est accordée uniquement dans certaines situations très spécifiques. Pour en savoir plus, rapprochez-vous de votre caisse régionale.

MON ESPACE PERSONNEL

Vous souhaitez avoir une estimation du montant de votre future retraite ?

Connectez-vous à votre espace personnel sur www.lassuranceretraite.fr.

Vous accéderez à des simulateurs d'âge et de montant.



FORMULE DE CALCUL DE MA RETRAITE



Moyenne des
25 meilleures
années



Durée d'assurance
pour les activités
exercées en tant
que salarié, et dans
certains cas, salarié
agricole, artisan
ou commerçant

TRIMESTRES
INSCRITS SUR
MON RELEVÉ
DE CARRIÈRE*

MA
RETRAITE =

REVENU
ANNUEL
MOYEN



TAUX



NOMBRE
DE TRIMESTRES
QUI VARIE SELON
VOTRE ANNÉE
DE NAISSANCE*

Il varie
entre 37,5 %
et 50 %



Durée d'assurance
maximum prise
en compte pour
les activités
exercées en tant
que salarié, et dans
certains cas, salarié
agricole, artisan
ou commerçant



* Calcul limité à la durée maximum

Tout savoir sur le taux de ma retraite

Votre retraite est calculée au taux maximum dans les cas suivants :

- **vous réunissez la durée d'assurance demandée ;**
- **vous êtes dans une situation particulière (inaptitude au travail, incapacité permanente, etc.) ;**
- **vous avez atteint l'âge du taux maximum automatique, l'âge auquel la retraite est calculée au taux maximum quelle que soit votre durée d'assurance (entre 65 et 67 ans, selon votre année de naissance).**

Récapitulatif des scénarios les plus courants* :

CAS 1 : à 62 ans, vous avez le nombre de trimestres nécessaires pour obtenir le taux maximum. Vous pouvez donc prendre votre retraite en bénéficiant du taux maximum. Exemple : si vous êtes né en 1956, vous obtenez une retraite au taux maximum si vous réunissez 166 trimestres.

CAS 2 : à 62 ans, vous n'avez pas cumulé assez de trimestres pour obtenir le taux maximum. Vous décidez de continuer à travailler afin de réunir le nombre de trimestres nécessaires pour pouvoir bénéficier du taux maximum.

CAS 3 : à 62 ans, vous n'avez pas cumulé assez de trimestres pour obtenir le taux maximum, mais vous décidez néanmoins de prendre votre retraite. Une décote est alors appliquée et le montant de votre retraite est réduit. Cette réduction est définitive.

CAS 4 : vous avez atteint 62 ans, vous réunissez le nombre de trimestres nécessaires pour obtenir le taux maximum, mais vous décidez de continuer à travailler. Vous améliorez ainsi le montant de votre retraite. C'est le principe de la surcote (voir paragraphe "Comment améliorer ma future retraite ?").

* Pour tenir compte de certaines situations (handicap, pénibilité, carrière longue, inaptitude au travail, etc.), il existe des exceptions à ces règles d'âge et de durée d'assurance.

CAS 5 : vous avez atteint l'âge (entre 65 et 67 ans) qui permet d'obtenir automatiquement le taux maximum, quel que soit votre nombre de trimestres. Votre retraite est alors calculée au taux maximum mais le montant peut être réduit car le calcul tient compte de votre nombre de trimestres au régime général. Si vous souhaitez percevoir une retraite plus importante, vous pouvez continuer à travailler après l'âge d'obtention du taux maximum automatique.

IMPORTANT

Renseignez-vous également auprès de vos régimes de retraite complémentaires sur l'âge et le montant de votre retraite sur www.agirc-arrco.fr et www.ircantec.retraites.fr.

Comprendre l'âge et le montant de la retraite en deux minutes.

Nos vidéos "**À quel âge vais-je partir à la retraite ?**"

et "**Quel sera le montant de ma retraite ?**"

vous expliquent tout de manière ludique et pédagogique.

Retrouvez toutes nos vidéos sur notre chaîne YouTube :

www.youtube.com/lassuranceretraite.



Comment améliorer ma future retraite ?

Certains dispositifs vous permettent d'agir pour augmenter le montant de votre retraite ou aménager votre fin de carrière.

Prolonger son activité

Le montant de votre retraite est augmenté si vous continuez de travailler alors que vous avez atteint à la fois l'âge légal de départ à la retraite (62 ans) et le nombre de trimestres nécessaires pour obtenir une retraite au taux maximum. C'est ce que l'on appelle la surcote.

Chaque trimestre civil travaillé en plus augmente le montant de votre retraite de base de 1,25 %, soit 5 % par année, 10 % pour 2 années, etc.

Par ailleurs, vous continuez d'acquérir des points pour votre retraite complémentaire et vous améliorez donc son montant.



Racheter des trimestres

Il existe plusieurs dispositifs permettant de compléter sa carrière. Ces dispositifs dépendent du type de périodes à racheter.

- **Le rachat de cotisations** vous permet de valider des périodes pour lesquelles vous n'avez pas cotisé. Exemples : activité salariée à l'étranger, activité bénévole auprès d'un proche invalide, etc.
- **Le rachat d'années d'études supérieures ou d'années incomplètes** (ou "versement pour la retraite"), vous permet de :
 - > compléter votre relevé de carrière pour les années qui comportent moins de 4 trimestres ;
 - > racheter vos années d'études supérieures.

Des tarifs préférentiels sont proposés à certaines personnes : les étudiants, les apprentis, les assistants maternels, etc.

- **Le rachat de périodes de stage** vous permet de valider vos périodes de stages d'études supérieures accomplis en entreprise depuis le 15 mars 2015. Votre demande doit être déposée dans les 2 ans qui suivent la fin de la période de stage concernée.

IMPORTANT

Un rachat au régime général vous permet d'améliorer le montant de votre retraite complémentaire.



MON ESPACE PERSONNEL

Vous êtes intéressé par un rachat de trimestres de cotisation ?
Rendez-vous sur www.lassuranceretraite.fr et utilisez notre service en ligne "**Simuler le coût d'un rachat de trimestres**", disponible dans votre espace personnel.



Aménager sa fin de carrière

La retraite progressive est possible dès 60 ans, si vous réunissez 150 trimestres. Elle vous permet de travailler à temps partiel tout en percevant une partie de votre retraite. La part de retraite payée dépend de la durée de travail à temps partiel. Par ailleurs, vous continuez d'acquérir des points pour votre

retraite complémentaire et vous améliorez donc son montant. Par exemple, un temps partiel à 80% vous donne droit au versement d'une part de retraite de 20%. Lorsque vous demandez votre retraite définitive, son montant est recalculé en tenant compte des droits supplémentaires acquis grâce à cette activité.

Cumuler une activité et une retraite

CUMUL INTÉGRAL

Vous pouvez cumuler intégralement votre retraite et un revenu d'activité, si vous avez obtenu toutes les retraites dont vous remplissez les conditions d'attribution*.

CUMUL PLAFONNÉ

Si vous ne pouvez pas cumuler intégralement, le cumul de votre revenu et de vos retraites ne doit pas dépasser un certain plafond. De plus, vous devez attendre 6 mois avant de reprendre une activité chez votre dernier employeur. Pensez-y au moment de prendre votre retraite !



IMPORTANT

Votre nouvelle activité ne vous crée pas de nouveaux droits à la retraite.

* Dès 62 ans, si vous totalisez la durée d'assurance nécessaire pour une retraite au taux maximum, sinon à partir de l'âge du taux maximum automatique (entre 65 et 67 ans).

Un montant minimum de retraite

Vous avez peu cotisé ? Votre carrière a connu des aléas qui ont réduit le montant de votre retraite (chômage, maladie, etc.) ? Le système de retraite français comporte des dispositifs de solidarité.

Le minimum contributif

Si votre retraite est calculée au taux maximum et que son montant est faible, elle peut être majorée

pour atteindre un montant appelé minimum contributif. Le calcul est effectué de manière automatique.

L'ASI ou l'Aspa

L'ALLOCATION SUPPLÉMENTAIRE D'INVALIDITÉ (ASI)

L'ASI est attribuée, sous conditions de ressources, de résidence, et d'invalidité aux assurés qui n'ont pas l'âge pour percevoir l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa – voir paragraphe suivant). Sachez que l'ASI cesse d'être versée quand vous atteignez votre âge légal de retraite. Vous devez donc déposer une demande d'Aspa 6 à 4 mois avant cet âge.

L'ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES (ASPA)

À compter de 65 ans – ou dès votre âge légal de départ à la retraite si vous avez été reconnu inapte au travail – vous pouvez peut-être bénéficier de l'Aspa. Si le montant de votre future retraite est faible, cette allocation peut vous permettre de compléter vos ressources de façon à atteindre un minimum. Des conditions de ressources, de résidence et d'âge sont à remplir.

Le simulateur www.mes-aides.gouv.fr vous permet de connaître les prestations sociales dont vous pouvez bénéficier en fonction de votre situation. Il vous indique également les démarches à effectuer pour en bénéficier. Évaluez vos droits sur www.mes-aides.gouv.fr.

Des aides complémentaires

Une fois à la retraite, si vous avez de faibles ressources, vous pouvez peut-être bénéficier d'aides complémentaires.

POUR BIEN VIEILLIR CHEZ SOI

Lorsque votre autonomie est fragilisée, vous pouvez bénéficier de conseils de prévention, de services d'aide à domicile ou encore d'aides pour adapter votre logement.

POUR PROTÉGER VOTRE SANTÉ

Vous n'avez pas les moyens de souscrire une complémentaire santé ou vous rencontrez des difficultés pour payer votre cotisation ? L'Assurance Maladie peut vous aider.

Selon votre situation et votre niveau de ressources, vous pouvez dans certains cas obtenir :

- **la couverture maladie universelle complémentaire (CMU-C)**, qui vous permet de bénéficier d'une complémentaire santé gratuite ;



- ou **l'aide au paiement d'une complémentaire santé (ACS)**, qui vous donne droit à une réduction annuelle sur votre contrat de couverture complémentaire santé.

Pour plus d'informations et pour estimer vos droits à ces aides, rendez-vous sur www.pourbienvieillir.fr et www.ameli.fr.

Préparer ma retraite

Rappel des étapes à suivre :



1. Je consulte mon relevé de carrière pour savoir combien de trimestres j'ai déjà acquis et combien il m'en manque pour pouvoir bénéficier du taux maximum. Si certaines périodes comportent des erreurs, je demande une régularisation de ma carrière en me connectant à mon espace personnel sur www.lassuranceretraite.fr.



2. J'utilise la calculatrice d'âge et les simulateurs d'âge et de montant, disponibles sur www.lassuranceretraite.fr.



3. Je m'informe sur les différents choix qui s'offrent à moi : décote, surcote, retraite anticipée, retraite progressive, cumul emploi-retraite, rachat de trimestres, etc. Je fais le point avec mon employeur.



4. Je me renseigne sur les conditions de départ à la retraite auprès de mes autres régimes de retraite et de mes complémentaires.



5. Je demande ma retraite. C'est à vous de déterminer votre date de départ.
Attention ! La retraite n'est jamais attribuée automatiquement. Vous devez en faire la demande en ligne, 6 à 4 mois avant votre départ à la retraite. Vous bénéficierez ainsi du dispositif "garantie de versement".
Cela signifie que l'Assurance retraite s'engage à assurer le paiement de votre retraite personnelle le mois qui suit votre date de départ. C'est l'assurance d'un passage à la retraite sans interruption de ressources.

MON ESPACE PERSONNEL

Pour demander votre retraite en ligne (tous régimes confondus, base et complémentaires), rendez-vous sur www.lassuranceretraite.fr et utilisez le service en ligne "**Demander ma retraite**", disponible dans votre espace personnel.



Conditions d'âge et de durée d'assurance pour une retraite au taux maximum

Année de naissance	Âge légal de départ à la retraite*	Durée d'assurance pour obtenir une retraite au taux maximum* (tous régimes de retraite confondus)	Âge d'obtention de la retraite au taux maximum, quelle que soit la durée d'assurance*
1951 (du 01/07 au 31/12)	60 ans et 4 mois	163	65 ans et 4 mois
1952	60 ans et 9 mois	164	65 ans et 9 mois
1953	61 ans et 2 mois	165	66 ans et 2 mois
1954	61 ans et 7 mois	165	66 ans et 7 mois
1955 à 1957	62 ans	166	67 ans
1958 à 1960		167	
1961 à 1963		168	
1964 à 1966		169	
1967 à 1969		170	
1970 à 1972		171	
À partir de 1973		172	

* Pour tenir compte de certaines situations (incapacité permanente, carrière longue, inaptitude, handicap, etc.), il existe des exceptions à ces règles d'âge et de durée d'assurance.

Conditions d'âge et de durée d'assurance pour une retraite anticipée pour longue carrière

Année de naissance	Départ possible à partir de	Début d'activité avant	Durée d'assurance cotisée
1957	60 ans	20 ans	166 trimestres
1958	60 ans	20 ans	167 trimestres
1959	57 ans et 8 mois	16 ans	175 trimestres
	60 ans	20 ans	167 trimestres
1960	58 ans	16 ans	175 trimestres
	60 ans	20 ans	167 trimestres

Durée d'assurance pour la retraite anticipée des assurés handicapés

Année de naissance	Départ possible	Durée d'assurance minimum	Durée d'assurance cotisée
1955 à 1957	59 ans	86 trimestres	66 trimestres
1958 à 1960	58 ans	97 trimestres	77 trimestres
	59 ans	87 trimestres	67 trimestres
1961 à 1963	55 ans	128 trimestres	108 trimestres
	56 ans	118 trimestres	98 trimestres
	57 ans	108 trimestres	88 trimestres
	58 ans	98 trimestres	78 trimestres
	59 ans	88 trimestres	68 trimestres
1964 à 1966	55 ans	129 trimestres	109 trimestres
	56 ans	119 trimestres	99 trimestres
	57 ans	109 trimestres	89 trimestres
	58 ans	99 trimestres	79 trimestres
	59 ans	89 trimestres	69 trimestres



— MON ESPACE PERSONNEL —

POUR MA RETRAITE, JE CLIQUE, C'EST PLUS PRATIQUE !

Mode d'emploi

- 1** Connectez-vous sur notre site
www.lassuranceretraite.fr.
- 2** Cliquez sur « Créer mon espace personnel ».
- 3** Renseignez votre numéro de sécurité sociale et une adresse e-mail.
- 4** Complétez les renseignements demandés.
- 5** Découvrez tous nos services gratuits et personnalisés !

En cas de difficulté pour créer ou vous connecter à votre espace personnel, composez le 09 71 10 20 10 (service à 0,06€/min + prix appel).



www.lassuranceretraite.fr

Informations et services en ligne pour préparer
et gérer votre retraite.



[www.youtube.com
/lassuranceretraite](http://www.youtube.com/lassuranceretraite)



3960

Service 0,06 € / min
+ prix appel

De l'étranger, composez le **09 71 10 39 60**