



DROITS ET BONS PLANS

# RETRAITE

## 15 conseils pour bien s'y préparer



De nombreuses décisions prises au cours de la vie active auront un impact, positif ou négatif, sur les pensions. C'est donc, si possible, dès le début de carrière qu'il faut acquérir le réflexe de penser à sa retraite. Pour vous y aider, nos experts vous livrent tous leurs bons plans, valables avec ou sans la réforme de 2023.

Roselyne Poznanski

### NOS EXPERTS



**JULIA SEBO**  
cheffe de projet juridique chez Odyssee Gestion Privée



**MARILYN VILARDEBO**  
fondatrice d'Origami & Co



**JOËLLE NASCIMENTO**  
directrice du pôle éditorial de Sapiendo Retraite



**GÉRALDINE HAMEAU**  
responsable du service liquidation chez Novelvy Retraite



**PASCALE GAUTHIER**  
associée chez Novelvy Retraite



**PHILIPPE BAINVILLE**  
expert retraite à l'Assurance-veillesse



**17 millions**  
C'est le nombre de retraités en France en 2021 pour 29 millions de cotisants.  
*Source : Chiffres clés, Insee, 25 juillet 2023.*

**920 000**  
C'est le nombre de nouvelles retraites attribuées en 2023, dont 223 000 pensions de réversion.  
*Source : Chiffres clés 2023, Caisse nationale d'Assurance-maladie, mars 2024.*

**63,4 ans**  
C'est l'âge moyen du départ en retraite en 2023. Les hommes à 63,2 ans, les femmes à 63,6 ans.  
*Source : Chiffres clés 2023, Caisse nationale d'Assurance-maladie, mars 2024.*

BLANKSTOCK, WESTEND61 / GETTY IMAGES (2)

## Vos enfants

Porter et élever un enfant, cela se passe parfois au détriment de votre carrière professionnelle. Heureusement, il existe des compensations pour les mamans comme pour les papas.

**+ 1,25 %**

Fruit de la réforme de 2023, c'est le taux de la surcote de la pension de base par trimestre travaillé entre 63 et 64 ans, à condition d'être né en 1965 et après, d'avoir eu au moins 1 enfant et d'avoir atteint la durée d'assurance requise pour le taux plein (172 trimestres).



1

### PÈRES DE FAMILLE

## Récupérez des trimestres "éducation"

**O**n l'oublie bien souvent, mais les pères de famille peuvent eux aussi bénéficier d'une majoration de leur durée d'assurance pour avoir éduqué leurs enfants. Avoir des enfants permet de bénéficier de trimestres retraite en plus, souvent désignés comme une majoration de la durée d'assurance. Cette disposition bénéficie essentiellement aux mères de famille. Pour les salariées du secteur privé ou agricole (affiliées au régime général), les commerçantes, les artisanes (à la Sécurité sociale des indépendants) ou les professionnelles libérales (à la CNAVPL), le décompte est généreux, puisque pas moins de 8 trimestres leur sont attribués pour chacun de leurs enfants : 4 au titre de la maternité ou de l'adoption et 4 autres au titre de l'éducation de l'enfant. Mais il existe un biais à ce dispositif au profit du père de l'enfant. Sous réserve que la mère soit d'accord,

le père peut en effet récupérer 2 trimestres "éducation". Cette règle ne vaut toutefois que pour les enfants nés depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2010.

**COMMENT FAIRE ?** C'est à la mère de se manifester auprès de son régime de base, entre le 4<sup>e</sup> anniversaire de l'enfant (ou le 4<sup>e</sup> anniversaire de son adoption) et ses 4 ans et demi, pour acter son partage de 2 trimestres "éducation" en faveur du père. Cette attribution est définitive : peu importe le statut sous lequel vous vivez (mariage, pacs ou concubinage) et peu importe s'il y a divorce ou séparation par la suite. Ceci peut permettre au père d'atteindre plus vite le taux plein, à l'âge légal applicable à sa génération.

**ATTENTION** Si le père décède avant les 18 ans de l'enfant, la mère peut se voir réattribuer, sur sa demande, les 2 trimestres qu'elle avait partagés aupa-

avant avec lui. Cette démarche vaut également en sens inverse : si la mère décède, et si le père peut prouver avoir élevé son enfant au moins un an durant les quatre années qui ont suivi sa naissance ou son adoption, le père peut, en tant que "père veuf", bénéficier de la totalité de ces 4 trimestres pour éducation.

#### L'info en +

#### En cas de décès de l'enfant

Si la disparition de l'enfant intervient avant la fin de la 4<sup>e</sup> année suivant sa naissance ou son adoption, l'entièreté de la majoration au titre de l'éducation reste due. Auparavant, elle était attribuée à raison d'un trimestre par année d'éducation.

## 2 Réclamez vos trimestres pour congé parental

**S**i vous avez pris un congé parental d'éducation, vous avez peut-être droit à un supplément de trimestres "gratuits". Si à l'âge légal applicable à votre génération vous savez d'ores et déjà que vous n'aurez pas les trimestres nécessaires pour bénéficier de pensions à taux plein, faites un petit travail de mémoire... Car vous pourrez éventuellement récupérer des trimestres retraite supplémentaires si vous avez cessé votre activité professionnelle pour vous occuper de l'un de vos enfants. Le congé parental d'éducation est en effet compensé par le régime général à hauteur de 12 trimestres maximum, soit 4 trimestres de plus que ceux accordés pour la naissance (ou l'adoption) et l'éducation d'un enfant (ces deux dispositifs ne sont toutefois pas cumulables). Autrement dit, si vous avez arrêté de travailler durant deux ans et demi, vous pouvez obtenir 2 trimestres en plus, et si vous avez arrêté de travailler jusqu'aux 3 ans de votre enfant, vous pouvez décrocher 4 trimestres retraite en plus : chaque période de congé parental de 90 jours permet de valider un trimestre.

**COMMENT FAIRE ?** Faites établir par votre employeur (ou par celui qui l'était à l'époque) une attestation indiquant vos dates de début et de fin de congé



parental, et transmettez-la en ligne, via votre espace, sur [lassuranceretraite.fr](http://lassuranceretraite.fr) ou sur [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr). Le cas échéant, vous pouvez réaliser cette démarche pour chacun de vos enfants, immédiatement après votre congé parental ou des années plus tard.

### Pensez-y !

Travailler ou avoir travaillé à temps partiel durant un congé parental n'ouvre pas droit à des trimestres supplémentaires.

## 3 PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS

### Conservez les attestations

**D**e nombreux régimes de retraite de base prennent en compte les enfants handicapés en attribuant des trimestres retraite à leurs parents. Cette majoration de durée d'assurance est de 8 trimestres maximum pour les salariés, les indépendants et les professionnels libéraux, 4 pour les fonctionnaires. Sont pris en compte les enfants de moins de 20 ans atteints d'une incapacité permanente dont le taux est au moins de 80 % et bénéficient de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) et de son complément, ou de l'AEEH couplée avec la prestation de compensation du handicap (PCH). Les parents doivent cesser totalement leur activité professionnelle pour assumer la charge permanente de leur enfant.

**COMMENT FAIRE ?** Conservez précieusement les courriers ou courriels envoyés par la Maison départementale pour les personnes handicapées (MDPH). Car vous devrez prouver que vous avez reçu l'AEEH et son complément, ou l'AEEH et la PCH, pour toutes les périodes de prise en charge de l'enfant, continues ou discontinues.

## 4 FAMILLES RECOMPOSÉES

### Ne passez pas à côté d'une majoration de pension

**A**voir éduqué des enfants, et pas forcément les vôtres, peut ouvrir droit à 10 % de majoration des pensions. Tous les parents de trois enfants ou plus le savent : leur pension de retraite de base (salariés du privé ou agricoles, fonctionnaires et professionnels libéraux depuis septembre 2023) sera majorée de 10 %. Idem pour la retraite complémentaire Agirc-Arrco des salariés du privé, dans la limite de 2330,12 € par an ou pour celle des contractuels de la fonction publique affiliés à l'Ircantec.

Ce que l'on sait moins, c'est que les personnes qui n'ont pas de lien de filiation directe avec un ou plusieurs enfants qu'ils ont pourtant éduqués durant le laps de temps imposé (au minimum neuf années avant leur seizième anniversaire) peuvent, eux aussi, bénéficier de la même majoration. Vous avez élevé trois enfants ? Qu'il s'agisse de vos enfants biologiques, adoptés, des enfants de votre conjoint, partenaire de pacs ou concubin, passé ou présent, vous pouvez bénéficier de ce bonus.



## Votre vie professionnelle

Préparer votre retraite, cela se fait tout au long de votre carrière, pas seulement pendant les dernières années. Car si vous attendez d'avoir 55 ou 60 ans pour vous en soucier, vous risquez de passer à côté de nombreux droits.

**1 747,50 €**

C'est le salaire brut qu'il faut gagner pour valider 1 trimestre en 2024. Soit 6 990 € brut pour les 4 trimestres maximum que l'on peut valider dans l'année.

**5**

### Téléchargez régulièrement votre relevé de carrière

**C**e document reflète l'ensemble de votre carrière et fait foi pour le calcul de vos pensions. Assurez-vous qu'il ne comporte pas d'erreurs.

Le relevé de carrière (ou RIS, relevé individuel de situation) est un document essentiel car il récapitule les droits que vous acquérez tout au long de votre vie active, dans les différents régimes de retraite auxquels vous êtes affiliée en fonction de votre statut professionnel (salarié, fonctionnaire, indépendant...). Ces droits, exprimés en trimestres et/ou en points, vont être fonction de vos revenus (salaires, traitements...) soumis à cotisations : c'est pourquoi il est primordial de garder tous les justificatifs permettant, par la suite, d'éventuelles régularisations si votre RIS comporte des erreurs. Le relevé de carrière va également montrer les périodes pendant lesquelles vous ne serez pas, à proprement parler, en activité (congé maternité, maladie, chômage...). Là encore, gardez précieusement les justificatifs s'y rapportant.

**COMMENT FAIRE ?** Pour obtenir votre relevé de carrière, créez votre compte personnel sur [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr) simplement en vous identifiant par FranceConnect. Sinon, vous pouvez attendre qu'il arrive dans votre boîte à lettres : dès vos 35 ans, et tous les cinq ans, votre relevé individuel de situation vous est adressé par voie postale.

#### LE COMPTE RETRAITE : UN SÉSAME INDISPENSABLE !

Automatiquement ouvert dès que l'on a validé 2 trimestres retraite, le compte retraite, à créer sur [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr) après s'être identifié via FranceConnect, est indispensable. En effet, il répertorie tous les droits retraite (trimestres et points) que vous pouvez acquérir ou que vous avez acquis au cours de votre carrière, quels que soient vos régimes d'affiliation. Le moment venu, vous pourrez effectuer une demande de retraite unique, quel que soit le nombre de régimes de retraite auxquels vous avez été affilié. Ensuite,

via votre espace personnel sur le site, vous pourrez également demander le bénéfice d'une réversion au décès de votre conjoint ou de votre ex-conjoint, comme cela a été le cas en 2023 pour la moitié des demandes de réversion, tous régimes confondus.

Enfin, histoire de ne pas les oublier, votre espace personnel abrite également les coordonnées des établissements gestionnaires de vos contrats d'épargne retraite individuels (anciens Perp, PERin, anciens contrats Madelin...) ou d'entreprise (Percol, article 83...), y compris ceux détenus chez d'anciens employeurs.

#### Pensez-y !

Dès 55 ans, en plus de votre relevé de carrière en ligne, vous avez accès à une estimation du montant de vos futures pensions de retraite.

6

**Repérez vos périodes de chômage non indemnisé**



**L**e saviez-vous ? Certaines périodes de chômage, même non indemnisé, ouvrent droit à des trimestres.

Si vous avez été demandeur d'emploi à un moment ou un autre de votre carrière, vous devez savoir que vous pouvez récupérer des trimestres pour les périodes durant lesquelles vous avez été indemnisée, quelle que soit l'allocation perçue (allocation de retour à l'emploi, de solidarité spécifique, de sécurisation professionnelle...). La règle est la suivante : un trimestre retraite est validé tous les cinquante jours de chômage indemnisé, dans la limite de 4 par an. Ce que l'on ignore parfois, c'est que des périodes de chômage non indemnisé peuvent également ouvrir les mêmes droits !

➔ **Avant 2011** par exemple, sous réserve d'avoir été inscrit(e) à Pôle emploi, la première période de chômage non indemnisé de votre carrière, continue ou non, peut vous permettre de récupérer jusqu'à 4 trimestres retraite.

➔ **Après 2011**, cette même première période peut vous permettre de récupérer jusqu'à 6 trimestres retraite !

**COMMENT FAIRE ?** « Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2012, Pôle emploi, désormais France Travail, est tenu de transmettre ces informations aux organismes de retraite. Mais pour régulariser des périodes plus anciennes, une déclaration sur l'honneur et des justificatifs sont nécessaires », précise Julia Sebo chez Odyssee Gestion Privée. Mais il y a mieux encore... Une fois vos droits à l'allocation de retour à l'emploi épuisés, si vous n'avez pas, à l'époque, retrouvé tout de suite un travail (ou créé votre entreprise), vous pouvez obtenir 1 trimestre retraite pour cette période de chômage non indemnisé (de 50 jours minimum) qui a fait immédiatement suite à votre chômage indemnisé. Et si ce laps de temps s'est prolongé, le régime général peut vous attribuer jusqu'à 3 autres trimestres supplémentaires.

7

**INDÉPENDANTS**

**Profitez d'un rachat de trimestre à prix réduit !**

**L**e rachat de trimestres dit "Madelin", réservé aux commerçants et aux artisans, est très intéressant.

Les situations pouvant mener un commerçant ou un artisan en activité à ne pas valider 4 trimestres retraite au cours d'une année civile sont nombreuses. Et, à terme, au moment de faire valoir vos pensions, elles seront pénalisantes. D'où la perspective de pouvoir racheter ces trimestres manquants.

**COMMENT FAIRE ?** Vous devez répondre à plusieurs conditions : avoir exercé votre activité indépendante de façon exclusive ; être à jour du paiement de vos cotisations obligatoires ; racheter tous les trimestres manquants par année (et non 1 trimestre seulement s'il vous en manque 2, par exemple) et le faire dans les six ans qui suivent le moment où vos revenus



définitifs sont connus. « Le coût d'un rachat Madelin, qui a lieu aujourd'hui auprès de l'Assurance-retraite, est fonction des revenus non salariés cotisés l'année précédant votre demande et de votre âge au moment du rachat. En moyenne, et c'est tout son intérêt, il est 2 à 3 fois moins cher qu'un rachat classique : 700 € environ pour un trimestre contre 4 000 € en moyenne, tout en restant déductible des revenus

imposables », souligne Marilyn Vilardebo, fondatrice d'Origami & Co.

**Pensez-y !**

Pour les indépendants ayant cessé leur activité, ce rachat doit intervenir dans les 12 mois qui suivent leur radiation du registre du commerce.

JOVANMANDIC, DRAZEN ZIGIC / ISTOCK / GETTY IMAGES PLUS (2)

## 8 Cotisez (si vous le pouvez) sur la base d'un temps plein

**T**ravailler à temps partiel a des conséquences sur la pension de base et sur la complémentaire. Reste à en connaître la portée.

➔ **Côté retraite de base**, le salaire annuel moyen (des 25 meilleures années de la carrière, dans le privé) qui permet de la calculer peut être réduit « *uniquement si le temps partiel s'éternise sans qu'il y ait d'incidence sur la durée d'assurance, puisque l'obtention de 4 trimestres par an est acquise d'office si le salaire brut annuel soumis à cotisations atteint 6 990 € en 2024* », fait remarquer Joëlle Nascimento directrice du pôle éditorial de Sapiendo Retraite.

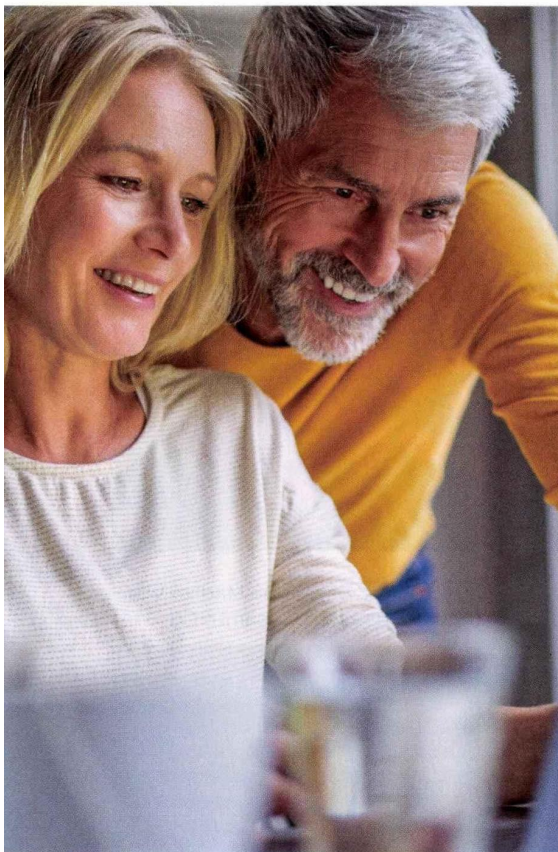
➔ **Côté retraite complémentaire**, l'impact peut être plus important. Pour bien comprendre, prenons l'exemple d'Annie, 40 ans, 2 000 € brut par mois (26 000 € brut annuel, 13<sup>e</sup> mois compris). Si elle effectue un temps partiel de 80 % durant cinq ans, elle perdra

environ 292 € de pension par an. En temps partiel à 50 %, cette perte serait de 449 € par an.

**COMMENT FAIRE ?** « *Vous pouvez contrecarrer cette baisse en surcotisant, c'est-à-dire en prenant à votre charge les cotisations retraite salariales sur la base d'un temps plein, sous réserve que l'employeur l'autorise car il devra s'acquitter des charges patronales, elles aussi majorées* », propose Joëlle Nascimento.

### Pensez-y !

Vous pouvez également compenser une perte de revenus programmée par la constitution d'une épargne retraite (lire page 80).



**L'AVIS D'EXPERTE** Géraldine Hameau, responsable du service liquidation chez Novelvy Retraite

### « Archivez tous vos justificatifs »

Le mieux est de constituer son dossier retraite très tôt, année après année, sous format numérique. Cela permet de retrouver sans aucune difficulté les justificatifs permettant de faire corriger des erreurs ou des oublis. En fin de carrière, cette récapitulation est beaucoup plus difficile.



**L'AVIS D'EXPERTE** Pascale Gauthier, associée chez Novelvy Retraite

### « Les règles bougent : suivez-les ! »

Depuis sa création, notre système de retraite par répartition fait régulièrement l'objet de réformes importantes. Des modifications interviennent également dans le cadre des lois de financement de la Sécurité sociale ou du fait des régimes eux-mêmes, comme cela a été le cas avec l'instauration du malus par l'Agirc-Arrco, puis sa disparition. Les règles bougent, ce qui n'est pas sans déstabiliser les futurs retraités. C'est pourquoi il faut rester attentifs aux évolutions réglementaires des régimes dans lesquels on cotise. Une bonne façon de le faire est de s'abonner à leurs newsletters.

# Votre fin de carrière

Partir plus tôt ? Pourquoi pas, si vous n'y perdez rien (parce que, oui, c'est possible !). Ou plus tard ? Seulement si vous y gagnez vraiment. Et pourquoi ne pas racheter des trimestres qui vous manquent ?

**697 000**

retraites personnelles ont été attribuées en 2023, avec un montant moyen mensuel de 1 220 €. 16 % d'entre elles en carrière longue ; 42 % après une carrière complète au régime général.

Source : Caisse nationale d'Assurance-vieillesse (Cnav).

**9**

## Contrôlez votre gain de trimestres

**A**u cours d'une même année, quatre trimestres maximum peuvent être validés. Mais tout dépend des revenus soumis à cotisations... Depuis 2015, valider 4 trimestres retraite au cours d'une année civile est devenu plus facile. Pour un salarié, un chef d'exploitation agricole, un commerçant ou un professionnel libéral, il suffit d'être payé, ou d'avoir cotisé, sur la base de 150 heures de Smic horaire brut, soit 1747,50 € brut pour 2024 pour valider 1 trimestre retraite, soit 6 990 € brut en 2024 pour en valider 4. « Mais avant cette date, il fallait cotiser sur la base de 200 heures de Smic horaire pour acquérir 1 trimestre retraite. Ce qui fait souvent défaut pour valider la totalité des 4 trimestres au titre des jobs étudiant ou en début d'activité pour certains indépendants

qui n'avaient pas encore un chiffre d'affaires suffisant », fait remarquer Julia Sebo, cheffe de projet juridique chez Odyssee Gestion Privée. Dès lors, certaines années peuvent comporter moins de 4 trimestres.

**COMMENT FAIRE ?** Vérifiez d'abord le total de vos revenus bruts soumis à cotisations en reprenant, année après année, vos bulletins de salaire et/ou vos bilans comptables. Puis comparez ces montants à ceux qui étaient nécessaires, année après année, pour valider 1 trimestre retraite (voir le tableau ci-contre). « Si vous constatez des erreurs, envoyez sans tarder vos justificatifs à votre caisse de retraite, même si votre demande de régularisation a plus de chances d'aboutir après vos 55 ans qu'avant », explique Julia Sebo.

### Revenu minimum pour valider un trimestre

Année	Montant brut en métropole (en francs puis en euros)
1980 →	2 586 F
1981 →	2 958 F
1982 →	3 630 F
1983 →	4 058 F
1984 →	4 556 F
1985 →	4 872 F
1986 →	5 208 F
1987 →	5 384 F
1988 →	5 568 F
1989 →	5 752 F
1990 →	5 982 F
1991 →	6 388 F
1992 →	6 532 F
1993 →	6 812 F
1994 →	6 966 F
1995 →	7 112 F
1996 →	7 396 F
1997 →	7 582 F
1998 →	7 886 F
1999 →	8 044 F
2000 →	8 144 F
2001 →	8 404 F
2002 →	1 334 €
2003 →	1 366 €
2004 →	1 438 €
2005 →	1 522 €
2006 →	1 606 €
2007 →	1 654 €
2008 →	1 688 €
2009 →	1 742 €
2010 →	1 772 €
2011 →	1 800 €
2012 →	1 844 €
2013 →	1 886 €
2014 →	1 429,50 €
2015 →	1 441,50 €
2016 →	1 450,50 €
2017 →	1 464 €
2018 →	1 482 €
2019 →	1 504,50 €
2020 →	1 522,50 €
2021 →	1 537,50 €
2022 →	1 585,50 €
2023 →	1 690,50 €
2024 →	1 747,50 €

Passage à l'euro ↙



10

## RACHAT DE TRIMESTRES

### Attendez votre fin de carrière

**L**e rachat de trimestres permet d'obtenir plus vite le taux plein ou d'amoindrir la décote applicable aux pensions. Une opération qui doit être anticipée, mais pas trop !

Si vous êtes entrée tard dans la vie active et que vous n'aurez donc pas la durée d'assurance nécessaire pour obtenir des pensions à taux plein dès votre âge légal de départ, le rachat de trimestres (12 maximum au titre des années d'études supérieures ou des années incomplètes) peut être intéressant. Certes, il coûte cher (comptez au moins 3275 € le trimestre à partir de 60 ans), mais il a deux avantages : améliorer le montant de vos futures pensions et faire baisser votre impôt sur le revenu, puisque les sommes versées sont intégralement déductibles de votre revenu imposable.

Sous réserve d'un calcul précis du temps de retour sur investissement (le supplément annuel de pension obtenu doit être rapporté à la dépense), qui ne doit généralement pas dépasser une dizaine d'années, hors avantage fiscal, « cette opération ne doit toutefois être envisagée qu'à l'aube de la retraite,

pour savoir vraiment ce qu'elle va rapporter », souligne Pascale Gauthier, associée chez Novelvy Retraite. Pourquoi ? Parce qu'on ne connaît pas à l'avance le déroulé de sa fin de carrière : vous pouvez, par exemple, vous retrouver en longue maladie avec maintien de salaire jusqu'à votre demande de retraite ou demandeur d'emploi avec une indemnisation qui va courir jusqu'à votre âge de taux plein, sous réserve de remplir certaines conditions (notamment celle d'être en cours d'indemnisation à votre 62<sup>e</sup> anniversaire). Vous pouvez aussi découvrir que vous êtes éligible à un départ pour inaptitude au travail dès 62 ans et à taux plein, quelle que soit votre durée d'assurance...

**UN BON CONSEIL** Bien qu'il s'agisse d'une démarche fastidieuse (vous devez fournir un certain nombre de justificatifs), une demande de rachat ne vous engage pas. Vous avez donc tout intérêt à l'initier (auprès de votre caisse d'assurance retraite) même si vous hésitez devant son coût. Vous pourrez y renoncer par la suite sans aucune conséquence.

11

## SERVICE NATIONAL

### Même réformé, vous pouvez récupérer 1 trimestre !

**F**aire son service militaire donne droit à des trimestres retraite. Et ne pas l'avoir fait... aussi. La règle de l'arrondi au chiffre entier supérieur qui prévaut pour l'attribution de trimestres retraite inhérents à la période de service militaire a également du bon pour les personnes ayant été réformées ou exemptées parce qu'elles étaient soutien de famille (c'est sur elles que reposait la viabilité financière de la famille, parents compris). « Beaucoup d'hommes pensent qu'ils n'ont droit à aucun trimestre retraite parce qu'ils n'ont passé que quelques jours sous les drapeaux, alors qu'ils peuvent en récupérer un facilement », affirme Géraldine Hameau chez Novelvy Retraite.

**COMMENT FAIRE ?** Concrètement, si cette période de quelques jours n'apparaît pas sur votre relevé de carrière (ce qui est souvent le cas), vous pouvez demander votre attestation des services accomplis au corps d'armée dans lequel vous avez été affecté (armée de terre, armée de l'air, gendarmerie nationale ou Marine nationale). Si vous avez été reconnu objecteur de conscience, adressez-vous soit au Centre des archives du personnel militaire de Pau (CAPM), soit au Centre du service national et de la jeunesse dont vous dépendez. Infos, coordonnées, modèle de lettre et formulaire sur [service-public.fr/particuliers/vosdroits/F36472/3\\_1](http://service-public.fr/particuliers/vosdroits/F36472/3_1)

12

## Comptez vos points

**L**es retraites complémentaires, qui représentent souvent la part la plus importante des pensions, sont exprimées en points. Autant n'en perdre aucun. Votre relevé de carrière peut très bien mentionner des trimestres retraite d'un côté, et pour cette même année, un nombre de points réduit, voire nul, alors que votre salaire n'a pas varié. Il peut s'agir d'une erreur de retranscription (surtout lorsque les données étaient transmises sous format papier) ou d'une erreur de report informatique. Il peut aussi s'agir d'une variation de points, minime d'une année à l'autre, qui reflète tout simplement l'évolution de la valeur d'achat des points, qui augmente... En revanche, Géraldine Hameau, responsable du service liquidation chez Novelvy Retraite, souligne que « une baisse brutale de points est souvent liée à un événement de la vie, comme une période de chômage, par exemple, qui débute souvent par un délai de carence de plusieurs mois pendant lequel aucun point Agirc-Arrco n'est attribué, alors qu'en parallèle les assurés ont bien leurs 4 trimestres retraite ». Dans tous les cas, un petit travail de mémoire, justificatifs à l'appui, s'impose. « Même si les régularisations de situation n'ont généralement lieu qu'à partir de 55 ans, mieux vaut déposer sans tarder ses justificatifs en ligne, dans son espace personnel sur [lassuranceretraite.fr](http://lassuranceretraite.fr) ou [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr). Cela facilite la bonne gestion de son dossier retraite. »



CHAMPIX / ISTOCK / GETTY IMAGES PLUS

# Votre demande de retraite

Dernière ligne droite : vous allez faire votre demande. Stop ! C'est le moment de mobiliser vos majorations, de ne manquer aucun droit et surtout... de choisir le bon timing ! Parce qu'il ne faut pas forcément partir le mois de votre anniversaire.



13

## Demandez votre retraite de préférence en début d'année

**L**e calcul de la pension de base tient compte des 25 meilleures années de la carrière. Raison suffisante pour ne pas négliger la toute dernière... C'est une erreur que bien des futurs retraités commettent : positionner leur demande de pension (ou date d'effet de la retraite) en fonction de leur date anniversaire. Inutile en effet d'attendre plus longtemps... Sauf que finir l'année civile en cours

présente un avantage important : celui de gonfler votre salaire annuel moyen (SAM) et donc, *in fine*, votre pension de base. Car votre SAM est calculé à partir de la moyenne des 25 meilleures années de votre carrière, tous régimes confondus, dans la limite du plafond annuel de la Sécurité sociale (Pass) en vigueur les années retenues (28 224 € en 2002, 46 368 € aujourd'hui...). Or, le SAM ne prend en compte que les an-

nées civiles complètes, c'est-à-dire effectuées du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre.

**COMMENT FAIRE ?** Si vous envisagez de partir en octobre, par exemple, à trois mois près, vous ratez la possibilité de gonfler votre salaire annuel moyen en y incluant cette dernière et éventuellement bonne année ! Si vous le pouvez, reportez votre départ en tout début de l'année suivante.

KNIEL SYNNAZSCHKE / PLAINPICTURE

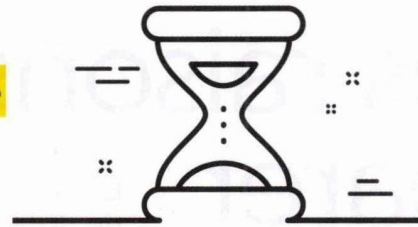
## 14 Optimisez votre prime de départ en retraite

**N**ombre de futurs retraités déterminent leur date de départ en retraite en fonction de l'âge légal applicable à leur génération sans se poser trop de questions. C'est bien dommage, car au-delà de certaines règles permettant d'optimiser le montant de vos futures pensions, il en existe une qui s'applique à la prime de départ en retraite versée par votre employeur. Cette prime ou indemnité de fin de carrière (IFC) va *crescendo* en fonction de trois éléments :

- ➔ **vos** **ancienneté** dans l'entreprise (qui doit être au minimum de 10 ans) ;
- ➔ **vos** **convention collective** ;
- ➔ **vos** **salaire** (moyenne de votre rémunération brute des 12 derniers mois ou, si c'est plus avantageux, la moyenne sur les 3 derniers mois).

Le montant de cette IFC n'augmente pas de façon linéaire, mais par paliers de 5 ou 10 ans.

Autrement dit, un salarié dont l'ancienneté est de 11 ans percevra souvent la même chose qu'un autre dont l'ancienneté est de 14 ans, par exemple.



**COMMENT FAIRE ?** Afin de ne pas vous tromper en faisant vos comptes, vérifiez votre date d'ancienneté qui figure en principe sur vos bulletins de salaire.

### CAS PRATIQUE

Annie peut faire valoir ses pensions à taux plein en janvier 2025.

➔ À cette date, elle cumulera 14 ans et 9 mois d'ancienneté, ce qui ne lui donnera droit qu'à une indemnité de fin de carrière (IFC) égale à un demi-mois de salaire.

➔ Si elle recule son départ en retraite de 3 mois, son ancienneté sera alors de 15 ans révolus et son IFC doublera : un mois de salaire.

## 15 Faites piloter votre dossier et bénéficiez d'une déduction fiscale

**D**emander ses pensions de retraite peut parfois s'apparenter à un véritable casse-tête. **Pourquoi ne pas vous faire aider ?** C'est notamment le cas pour les dossiers complexes : carrière à l'étranger, changement de statut professionnel, multiples périodes de chômage... « Cette assistance permet de s'assurer de l'enregistrement correct des droits acquis au cours de la carrière, de vérifier que les corrections demandées aux différents régimes sont bien intégrées et de contrôler aussi le montant des pensions », explique Pascale Gauthier, as-

sociée chez Novelvy Retraite, cabinet de conseil spécialisé en retraite. Depuis plus d'une dizaine d'années, les prestations d'assistance pour vous aider à accomplir les démarches pour obtenir la liquidation de vos droits à pension sont déductibles de votre revenu imposable l'année de leur paiement.

**COMMENT FAIRE ?** Conservez bien la facture de l'organisme et reportez le montant de ces prestations d'aide à la liquidation sur votre prochaine déclaration d'impôt n° 2042 (case 6DD, "déductions diverses").