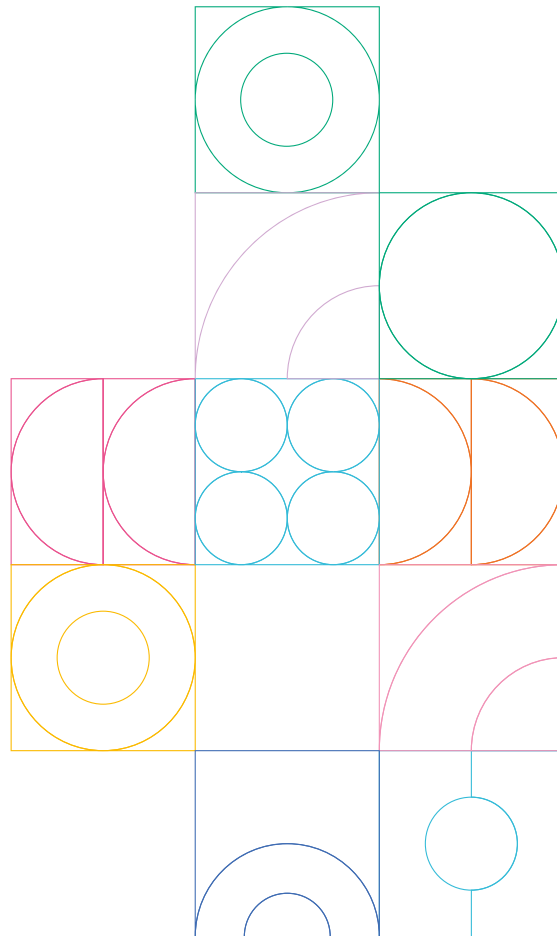
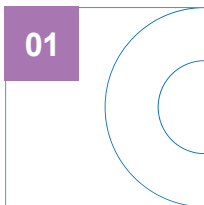


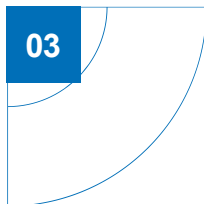
Futur retraité(e) ?

L'Urssaf et l'Assurance retraite
vous accompagnent

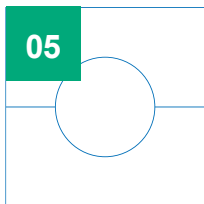




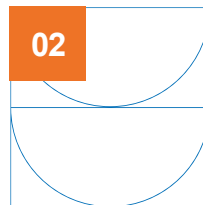
Vos démarches préalables



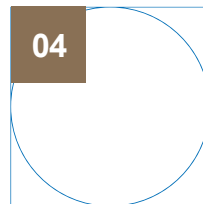
Les conditions d'accès



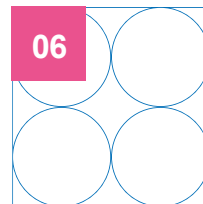
La retraite complémentaire



Demander votre retraite

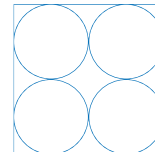


La retraite de base



L'accompagnement

Les missions de l'Urssaf



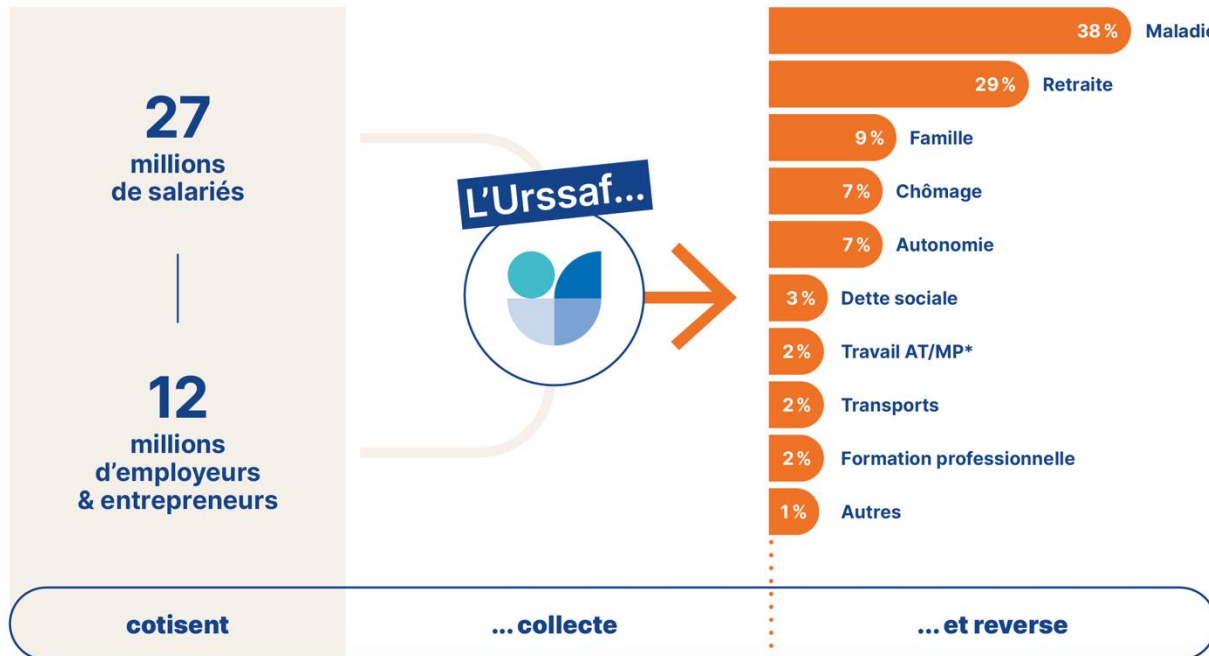
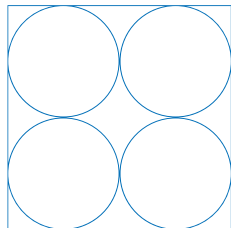
Assurer le financement
de la protection sociale au quotidien

Garantir les droits sociaux
et l'équité entre tous les
acteurs économiques

Accompagner les employeurs
et entrepreneurs au bénéfice
du développement économique et social



Collecter et redistribuer pour financer la protection sociale



* Accident du Travail/Maladie Professionnelle

Les missions de l'Assurance retraite



Suivre la carrière de chaque assuré



Préparer le passage à la retraite



Assurer le suivi des paiements



Accompagner les entreprises



Aider les retraités fragilisés

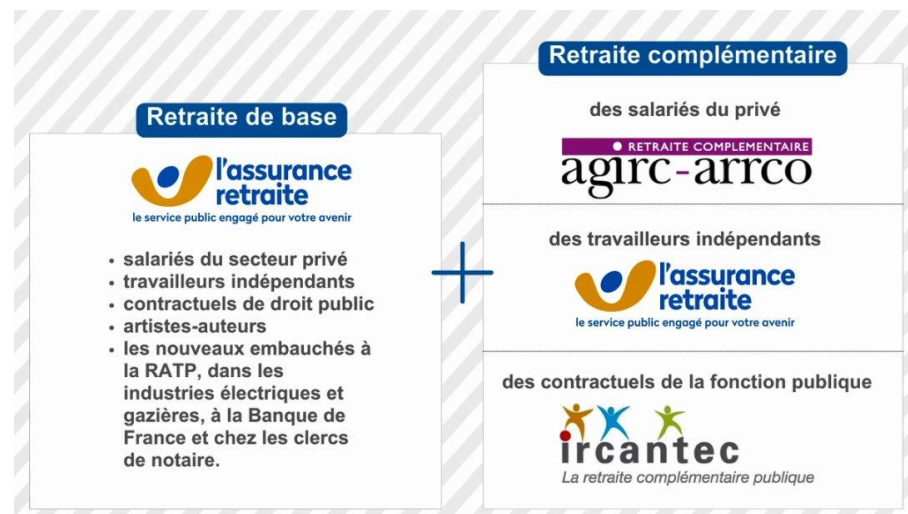


La retraite en France, ses principes et son organisation

→ 4 grands principes du système de retraite français



→ Organisation de la retraite pour les actifs relevant de l'Assurance retraite



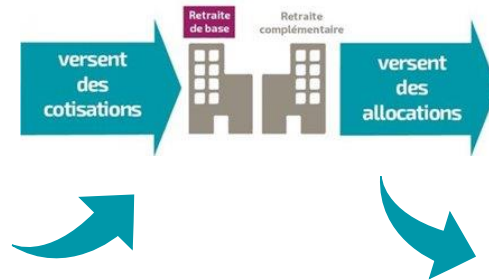
Le système de retraite français

Versements de cotisations par les travailleurs indépendants, les employeurs et les salariés immédiatement utilisées pour financer les retraites

En contrepartie, ouverture de droit à la retraite pour les salariés et les travailleurs indépendants



Les actifs



aux retraités

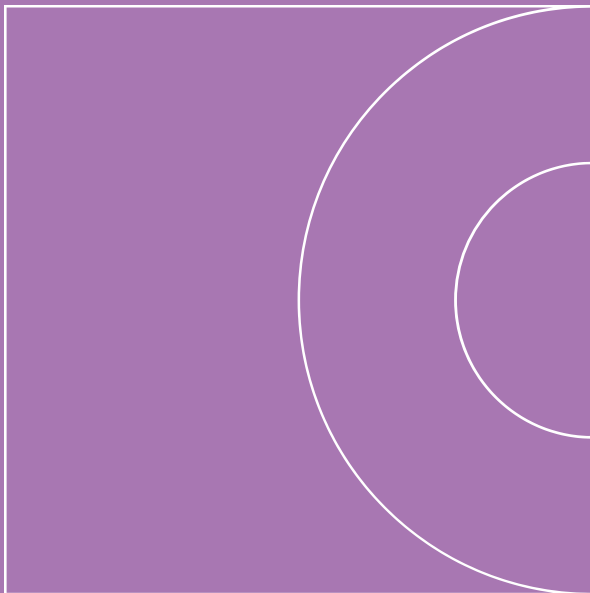
Droits alimentés sur le relevé de carrière individuel selon le profil :

- salariés : données individuelles de la Déclaration sociale nominative (DSN)
- travailleurs non-salariés : cotisations sociales personnelles



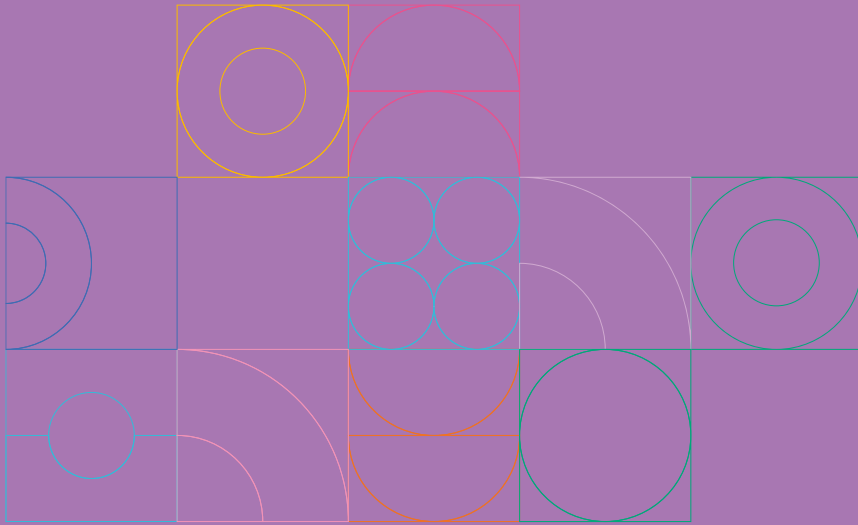


Vos démarches préalables



Vos démarches

- Consulter son relevé de carrière
- Estimer le montant de ses retraites
- Optimiser ses droits



Adoption de la loi de financement de la Sécurité sociale 2026

- En attente des textes d'application pour connaître les évolutions législatives.
- Pour les retraites prenant effet à compter du 1er septembre 2026. Avant cette date, application de la législation actuellement en vigueur y compris pour l'âge légal de départ, trimestres requis et modalités de calcul des retraites.
- Pour découvrir les principales mesures retraite à venir, n'hésitez pas à consulter la rubrique « Mes actualités » sur le site www.lassuranceretraite.fr, proposant des informations fiables et actualisées au fil de l'eau.



The screenshot shows the website interface for 'l'assurance retraite'. At the top, there are navigation links: 'Questions fréquentes', 'Nous contacter', 'Nous connaître', 'Entreprise', 'Sourd - Malentendant', and 'Réglages'. Below these are user options: 'Je suis actif', 'Je suis retraité', a search bar, and 'Mon espace personnel'. The main heading is 'Mes actualités'. There are two featured articles:

- Actif:** 'Loi de financement de la Sécurité sociale adoptée : découvrez les principales mesures retraite'. The text states: 'L'Assemblée nationale a adopté définitivement le projet de loi mardi 16 décembre. La promulgation du texte devrait être faite avant la fin de l'année, après contrôle du Conseil constitutionnel. Découvrez les principales mesures retraite.' It includes an image of a person working at a laptop.
- Retraité:** 'Revalorisation de votre retraite en 2026'. The text states: 'Comme chaque année, votre retraite de base évolue en fonction de l'inflation. En 2026, elle sera revalorisée de 0,9 %. Elle s'applique sur votre retraite de janvier, versée le 9 février. Si vous dépendez de la caisse d'Alsace-Moselle, elle sera versée le 2 février, avec un rappel pour janvier.' It includes an image of hands writing on a document.

There is also a 'Webinaires' section with a 'LES WEBINAIRES' icon and a 'Lire la suite' link.



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière



Mon
relevé de carrière

C'est quoi et pour quelle finalité ?

1. récapitulatif de l'ensemble des données du parcours professionnel de tous les régimes de retraite confondus
2. obtenir une vision globale des droits pour obtenir des scénarios de départ à la retraite

Comment l'obtenir ?

À partir de l'espace personnel :

www.info-retraite.fr

www.lassuranceretraite.fr

www.lacipav.fr



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

Mes démarches pour **Demander ma retraite** ▾

- Consulter ma carrière
- Obtenir mon âge de départ à la retraite
- Organiser mon départ avec Mon agenda retraite
- Estimer le montant de ma retraite
- Mettre à jour mon relevé de carrière
- Déclarer mes stages et travaux d'utilité collective (TUC)
- Simuler le coût d'un rachat de trimestres
- Demander ma retraite
- Demander ma retraite progressive
- Demander une allocation de solidarité (Aspa)
- Demander une retraite de réversion
- Demander une aide à l'autonomie
- Suivre ma demande en cours
- Prendre ou gérer mon rendez-vous



MON ESPACE PERSONNEL lassuranceretraite.fr

Ce service est proposé par vos régimes de retraite.
Il est gratuit : vos données ne font l'objet d'aucune transaction commerciale.



Pour lire la transcription de la vidéo, cliquez sur ce lien.



Progress bar: < [✓] [✓] [✓] [?] [✓] [✓] >

156 Trimestres acquis

Ma carrière

Visualisez chaque année de votre carrière sous forme de ligne chronologique.

[Voir ma carrière](#)

Mes droits

Visualisez vos droits émergents: décès, invalidité, veuve carrière (pensions, points, etc.).

[Consultez mes droits](#)

Mon relevé de carrière

Le relevé de carrière progressive vos droits à la retraite en ligne pour chacune de vos activités.

[Télécharger mon relevé \(PDF - 180ko\)](#)



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr



INFO RETRAITE
Accueil **Ma carrière** Mes droits ? Besoin d'aide

En un coup d'oeil Par activités professionnelles Par années

< 1999 2000 2001 2002 2003 2004 2005 2006 2007 2008 2009 2010 2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 **2021** 2022 2023 2024 >

2021
57-58 ans

< 2021 >

Janvier Février Mars Avril Mal Juin Juillet Aout Septembre Octobre Novembre Décembre

✓ MICRO-ENTREPRENEUR - Du 1er janvier 2021 ... ✓ MICRO-ENTREPRENEUR - Du 1er avril 20... ✓ MICRO-ENTREPRENEUR - Du 1er juillet 2021 au 31 décembre 2021

✓ KAROIL - Du 18 octobre 2021 au 31 d...



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

The screenshot shows the 'Mon Espace Personnel' interface. At the top, there is a navigation bar with 'Accueil', 'Ma carrière' (highlighted with a yellow box and a '1' in a circle), and 'Mes droits'. A 'Besoin d'aide' button is also present. Below the navigation bar, there are three tabs: 'En un coup d'oeil', 'Par activités professionnelles' (selected), and 'Par années'. A yellow arrow points to the 'Par activités professionnelles' tab. The main content area displays two career records:

- 3 ans et 2 mois**
Début : 18 octobre 2021
Fin : 31 décembre 2024
- 2 ans et 6 mois**
Début : 1er juillet 2021
Fin : 31 décembre 2023

The first record is for **KAROIL**. It includes a 'Voir les détails' link with a cursor icon. Below it, 'Vos régimes :' are listed as 'Base : L'Assurance retraite' and 'Complémentaire : Agirc-Arrco'. A teal arrow points from this record to a callout box on the right.

The second record is for **MICRO-ENTREPRENEUR**. It includes a 'Voir les détails' link with a cursor icon. Below it, 'Votre régime :' is listed as 'Base et Complémentaire : L'Assurance retraite'. A blue arrow points from this record to another callout box on the right.

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr



Affiliation en qualité de
travailleur salarié à
l'Assurance retraite

Affiliation en qualité de
travailleur indépendant à
l'Assurance retraite



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr

En un coup d'oeil Par activités professionnelles Par années

3 ans et 2 mois
Début : 18 octobre 2021
Fin : 31 décembre 2024

KAROIL
Fermer les détails ^

| Date de début | Date de fin | Revenu |
|------------------|------------------|----------|
| 1er janvier 2024 | 31 décembre 2024 | 75 750 € |
| 1er janvier 2023 | 31 décembre 2023 | 78 480 € |
| 1er janvier 2022 | 31 décembre 2022 | 72 450 € |
| 18 octobre 2021 | 31 décembre 2021 | 15 000 € |

Vos régimes :
Base : L'Assurance retraite
Complémentaire : Agiro-Arco

2 ans et 6 mois
Début : 1er juillet 2021
Fin : 31 décembre 2023

MICRO-ENTREPRENEUR
Prestation de service BNC
Fermer les détails ^

| Date de début | Date de fin | Chiffre d'affaires |
|------------------|-------------------|--------------------|
| 1er octobre 2023 | 31 décembre 2023 | - |
| 1er janvier 2023 | 30 septembre 2023 | 0 € |
| 1er janvier 2022 | 31 décembre 2022 | 0 € |
| 1er juillet 2021 | 31 décembre 2021 | 18 984 € |

Votre régime :
Base et Complémentaire : L'Assurance retraite

Périodes et revenus en qualité de travailleur salarié à l'Assurance retraite

Régimes de retraite d'affiliation

Période et chiffres d'affaires en qualité de travailleur indépendant à l'Assurance retraite

Régime de retraite d'affiliation



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr

1

Accueil **Ma carrière** Mes droits [Besoin d'aide](#)

En un coup d'oeil **Par activités professionnelles** Par années

12 ans et 3 mois
Début : 1er avril 1999
Fin : 30 juin 2011

✓ **PROFESSION LIBÉRALE**
Fermer les détails

| Date de début | Date de fin | Revenus déclarés |
|------------------|------------------|------------------|
| 1er avril 1999 | 31 décembre 1999 | 268 397 FRF |
| 1er janvier 2000 | 31 décembre 2000 | 385 800 FRF |
| 1er janvier 2001 | 31 décembre 2001 | 376 163 FRF |
| 1er janvier 2002 | 31 décembre 2002 | 59 608 € |
| 1er janvier 2003 | 31 décembre 2003 | 58 261 € |
| 1er janvier 2004 | 31 décembre 2004 | 59 804 € |
| 1er janvier 2005 | 31 décembre 2005 | 63 545 € |
| 1er janvier 2006 | 31 décembre 2006 | 69 100 € |
| 1er janvier 2007 | 31 décembre 2007 | 63 966 € |
| 1er janvier 2008 | 31 décembre 2008 | 65 047 € |
| 1er janvier 2009 | 31 décembre 2009 | 55 167 € |
| 1er janvier 2010 | 31 décembre 2010 | - |
| 1er janvier 2011 | 30 juin 2011 | - |

Votre régime :
Base et Complémentaire : La CIPAV

Affiliation en qualité de profession libérale à la CIPAV

Période et revenus déclarés

Régime de retraite d'affiliation



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr



2



Accueil

Ma carrière

Mes droits

Besoin d'aide

Nombre de trimestres enregistrés (durée d'assurance)

Dans votre situation, **170** trimestres sont requis pour partir à taux plein.

Au 1er janvier 2025 vous en avez enregistré **159**. Il vous reste **11** trimestres à obtenir pour bénéficier d'une retraite à taux plein.

Il ne peut être retenu plus de 4 trimestres par année civile, tous régimes de retraite confondus.

Si vous avez eu ou élevé des **enfants**, des **trimestres supplémentaires** peuvent vous être accordés au moment de prendre votre retraite. ⓘ



Mon relevé de carrière

Le relevé de carrière présente vos droits à la retraite enregistrés pour chacune de vos activités.

↓ Télécharger mon relevé (PDF ~ 180ko)



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

MON ESPACE PERSONNEL

lassuranceretraite.fr



Accueil

Ma carrière

Mes droits

Besoin d'aide

2

Mes droits pour chaque régime de retraite

Consultez les informations sur vos régimes et les droits enregistrés auprès d'eux (trimestres, points)

Fermer les détails



Salarisés, travailleurs indépendants, contractuels de droit public et artistes-auteurs

L'Assurance retraite
Tél. : 39 60 (poste fixe)
09 71 10 39 60 (étranger/box/mobiles)
Prix d'un appel local
www.lassuranceretraite.fr

Total des trimestres

Salarisé, Indépendant : **112**

Total des points

Complémentaire indépendant (RCI) : **22**

Valeur du point au 1er janvier 2025 :

Points à compter de 1997 : **22**

Valeur de point : **1,335 €**



Retraite complémentaire des salariés du privé

Alliance Professionnelle Agirc-Arrco
TSA 56663
92621 GENNEVILLIERS CEDEX
IRP AUTO
Tel : 0973 888 888 (appel non surtaxé)
www.irp-auto.com
www.agirc-arrco.fr

Total des points

7 368,47

Valeur du point au 1er novembre 2024 : **1,4386 €**



Activité libérale relevant de la CIPAV

la Cipav
9 rue de Vienne
75403 PARIS cedex 08
Tél. : 01.44.95.68.20

Total des trimestres

59

Total des points

Base : **5 592,40**

Valeur du point au 1er janvier 2025 : **0,654 €**

Complémentaire : **2 346,00**

Valeur du point au 1er janvier 2025 : **2,89 €**



Vos démarches préalables

Consulter votre relevé de carrière

2

Accueil Ma carrière **Mes droits** Besoin d'aide

Mes droits par année
Consultez le détail de vos droits par année

Fermer les détails ^

| Année ↑ | Durée d'assurance tous régimes | Durée par régime | Points par régime |
|---------|--------------------------------|--|---|
| 2024 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 400,86 points |
| 2023 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 457,75 points |
| 2022 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 451,70 points |
| 2021 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres ⓘ | Agirc-Arrco : 94,40 points RCI : 22 points |
| 2020 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 354,06 points |
| 2019 | 4 trimestres | L'Assurance retraite : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 254,86 points |
| 2018 | 4 trimestres ⓘ | L'Assurance retraite : 4 trimestres La CIPAV : 4 trimestres | Agirc-Arrco : 53,94 points La CIPAV : 248,50 points |
| 2017 | 4 trimestres | La CIPAV : 4 trimestres | La CIPAV : 331,30 points La CIPAV (Complémentaire) : 36 points |

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr



Vos démarches préalables

Consulter votre estimation de retraite

C'est quoi et pour quelle finalité ?

1. estimation de la future retraite, de tous les régimes de retraite confondus à partir des données connues sur le relevé de carrière
2. à des âges indicatifs de départ en retraite permettant de définir son départ en retraite

Comment l'obtenir ?

À partir de l'espace personnel en utilisant le service en ligne « Estimer le montant de ma retraite » accessible à n'importe quel âge.

www.info-retraite.fr

www.lassuranceretraite.fr



Personnalisation de l'estimation possible : choix de l'âge de départ à la retraite, situation familiale et carrière passée ou future



Mon
estimation retraite
en ligne et à tout âge



Prise en compte de la
suspension de la
réforme par le simulateur



Vos démarches préalables

Consulter votre estimation de retraite

En partant à **62 ans et 9 mois** ou 1 sept. 2026 [Comprendre mes possibilités de départ](#)

Avec **165 trimestres** enregistrés [Comprendre mes droits](#)

Vous pourriez avoir droit à **2 750 €** bruts/mois [Comprendre mon montant](#)

Sur quelles informations s'appuie l'estimation ?

Mon estimation retraite

[Télécharger \(PDF -180 ko\)](#) Brut Net avant impôts

| | |
|---|---------------------------|
| En partant à 62 ans et 9 mois le 1 sept. 2026 à l'âge légal | 2 750 € bruts/mois |
| En partant à 63 ans et 10 mois le 1 oct. 2027 au taux plein | 3 025 € bruts/mois |
| En partant à 67 ans le 1 déc. 2030 à l'âge du taux plein automatique | 3 550 € bruts/mois |

[Quitter mon estimation](#)

Vous souhaitez personnaliser votre estimation ?
Vous pouvez modifier vos âges de départ possibles, ajouter des périodes manquantes et des changements futurs (enfants, nouveau statut, expatriation, retraite progressive, cumul emploi-retraite...) en personnalisant votre estimation.

[Commencer mon estimation personnalisée](#)



Mon estimation retraite en ligne et à tout âge



Vos démarches préalables

Consulter votre estimation de retraite

Composition de ma retraite

Montant de ma retraite



Versements Uniques :

● 410,31 € bruts

Retraite de base | L'Assurance retraite | **Minoration 3,13 %**

1 051,96 € bruts/mois

Ce montant de retraite a été calculé pour vos activités salariées.

- Une **décote (minoration définitive)** s'applique car vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres pour un départ à **taux plein**.

- 1 Nombre de trimestres retenus pour le calcul : 118 trimestres
- 2 Pour les années 2025 et futures, le calcul de vos droits retraite est effectué sur la base du paiement de vos cotisations obligatoires dues.

Retraite complémentaire | AGIRC-ARRCO | **Minoration 5,00 %**

882,52 € bruts/mois

Ce montant de retraite a été calculé pour vos activités salariées (Agirc-Arrco).

- Une **décote (minoration définitive)** s'applique car vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres pour un départ à **taux plein**.

- 1 Nombre de points retenus pour le calcul : 7748.94 points
- 2 Valeur actuelle du point : 1,4386 €

Retraite complémentaire | CIPAV (Compl.) | **Minoration 6,25 %**

529,68 € bruts/mois

Ce montant de retraite a été calculé pour vos activités **CIPAV (Compl.)**.

- Une **décote (minoration définitive)** s'applique car vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres pour un départ à **taux plein**.

- 1 Nombre de points retenus pour le calcul : 2346.0 points
- 2 Valeur actuelle du point : 2,89 €

Retraite de base | CIPAV (Base) | **Minoration 6,25 %**

285,73 € bruts/mois

Ce montant de retraite a été calculé pour vos activités **CIPAV (Base)**.

- Une **décote (minoration définitive)** s'applique car vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres pour un départ à **taux plein**.

- 1 Nombre de trimestres retenus pour le calcul : 59 trimestres
- 2 Nombre de points retenus pour le calcul : 5592.4 points
- 3 Valeur actuelle du point : 0,654 €
- 4 Hors simulation, pour les années 2025 et futures, le calcul de vos droits retraite ne sera effectué qu'en cas de paiement intégral de vos cotisations obligatoires dues.

Retraite complémentaire | RCI | **Minoration 5,00 %**

410,31 € bruts en versement unique

Ce montant de retraite a été calculé pour vos activités de **travailler indépendant (RCI)**.

- Une **décote (minoration définitive)** s'applique car vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres

- La retraite est versée en une seule fois sous forme de capital. On parle de capital unique.

- 1 Pour les années 2025 et futures, le calcul de vos droits retraite est effectué sur la base du paiement de vos cotisations obligatoires dues.
- 2 Points acquis à partir du 01/01/1997 : 22 points
- 3 Valeur actuelle du point : 1,335 €



Vos démarches préalables

Préparer votre retraite avec Mon agenda

C'est quoi et pour quelle finalité ?

1. service en ligne gratuit et accessible 5 ans avant la retraite
2. être informé au bon moment de toutes les démarches à réaliser pour préparer sereinement sa retraite

Comment l'obtenir ?

Par inscription (1 minute suffit)

- espace personnel
- accès libre

 Si besoin, date de départ en retraite modifiable à tout moment



The form contains the following fields and options:

- Nom *
- Prénom *
- Vos résitez * (Choisissez une valeur)
- Adresse e-mail *
- Numéro de portable * (Country code: France +33)
- Date envisagée de départ à la retraite* (Mois *, Année *) (Choisissez une valeur)
- Pensez-vous bénéficier d'un départ anticipé pour carrière longue? (Oui, Non, Je ne sais pas)
- Vous avez une carrière ** (Salarié du privé, Travailleur indépendant, Salarié du privé *, Travailleur indépendant)
- Je m'inscris

The screenshot shows the website header with the logo 'l'assurance retraite' and a banner for 'Marc fait des plans sur la comète!' with the text 'ÉVIDEMMENT, AVEC MON AGENDA RETRAITE' and a button 'Je m'inscris à Mon agenda retraite'.

The main content area is titled 'Mes démarches pour Demander ma retraite' and features a grid of 15 service tiles:

- Consulter ma carrière
- Obtenir mon âge de départ à la retraite
- Organiser mon départ avec Mon agenda retraite (highlighted with a yellow border)
- Estimer le montant de ma retraite
- Mettre à jour mon relevé de carrière
- Déclarer mes stages et travaux d'utilité collective (TUC)
- Simuler le coût d'un rachat de trimestres
- Demander ma retraite
- Demander ma retraite progressive
- Demander une allocation de solidarité (Aspa)
- Demander une retraite de réversion
- Demander une aide à l'autonomie
- Suivre ma demande en cours
- Prendre ou gérer mon rendez-vous



Vos démarches préalables

Faire le point sur votre retraite

Entretien d'information retraite

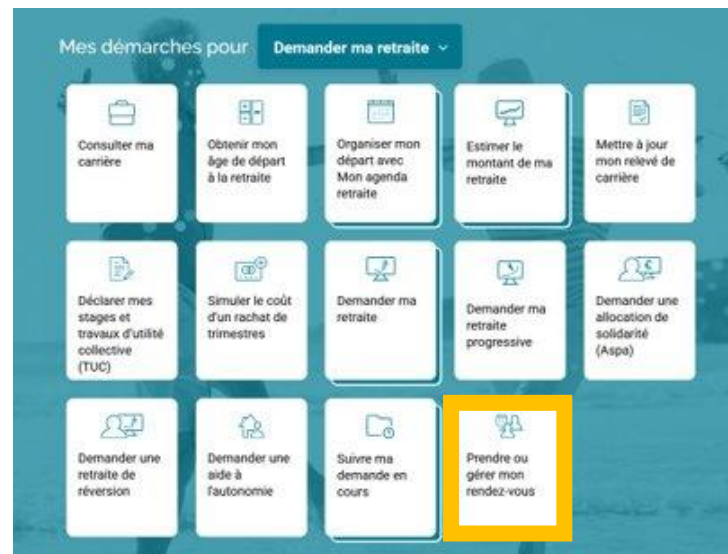
C'est quoi et pour quelle finalité ?

1. entretien personnalisé et gratuit permettant de faire le point sur la carrière
2. obtenir des simulations du montant de la retraite compte tenu des aléas de carrière, aborder les dispositifs d'amélioration de la retraite et poser ses questions à un expert retraite

Comment l'obtenir ?

À partir de l'espace personnel de www.lassuranceretraite.fr, utiliser le service en ligne :

- « Prendre ou gérer un rendez-vous » ;
- Motif « Bénéficiaire de conseils personnalisés sur les dispositifs de départ en retraite ».



Vos démarches préalables

Préparer votre retraite

Optimiser vos droits par des rachats

C'est quoi et pour quelle finalité ?

Validation de périodes pour lesquelles il n'y a pas eu ou pas assez de cotisation afin de compléter sa carrière et augmenter le montant de votre retraite.

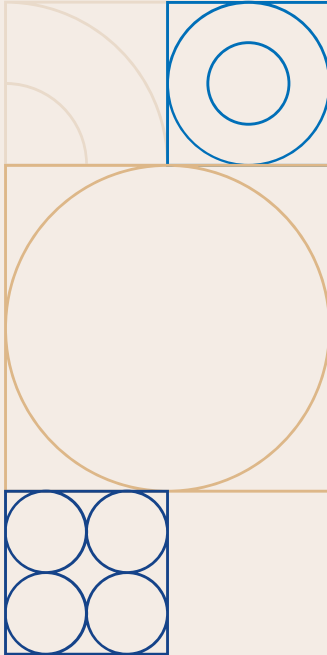
- rachat de périodes d'activité à l'étranger
- rachat d'année d'études supérieures ou années incomplètes
- rachat de périodes d'apprentissage (entre 01/07/1992 au 31/12/2023)
- rachat de périodes d'activité relevant d'une profession libérale non classée
- rachat Madelin pour les travailleurs indépendants :
 - pour valider des années ne validant pas 4 trimestres par année civile sur les 6 dernières années
 - dont les cotisations dues ont été définitivement régularisées auprès de l'Urssaf

Où et comment obtenir le coût ?

À partir de votre espace personnel, utiliser le service en ligne « Simuler le coût d'un rachat » ou « Simuler le coût du rachat de trimestre Madelin ».



Vos interlocuteurs



Vous êtes salarié et/ou travailleur indépendant *

Depuis le 1^{er} janvier 2020, la protection sociale des travailleurs indépendants est confiée au régime général de la Sécurité sociale.

POUR VOS COTISATIONS



secu-independants.fr
autoentrepreneur.urssaf.fr

POUR VOTRE SANTÉ



ameli.fr

POUR VOTRE RETRAITE

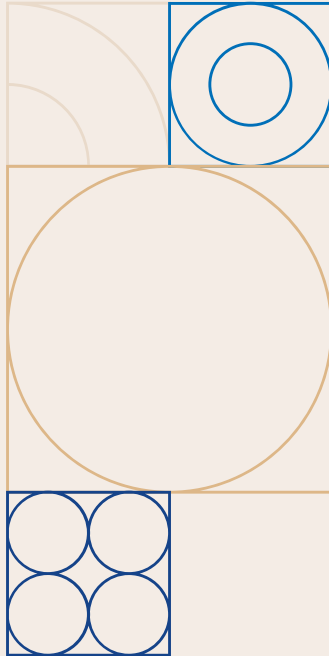


lassuranceretraite.fr

* Artisan, commerçant, professionnel libéral non réglementé



Vos interlocuteurs



Vous êtes professionnel libéral

POUR VOS COTISATIONS



urssaf.fr
autoentrepreneur.urssaf.fr

POUR VOTRE SANTÉ



ameli.fr

POUR VOTRE RETRAITE



lacipav.fr

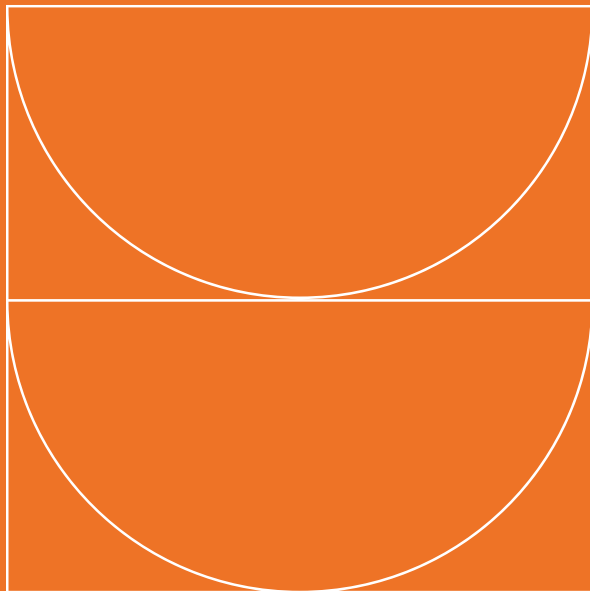


cnavpl.fr



cnbf.fr



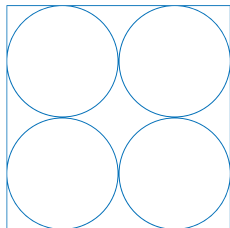


02

Demander votre retraite

Demander votre retraite

Fixer le point de départ à la retraite



Date du point de départ ?

- 1er jour d'un mois sans pouvoir se situer avant la date du dépôt de la demande et l'âge d'ouverture du droit à départ en retraite.
- non automatique, faire la demande auprès de ses régimes de retraite.

Démarches possibles pour les travailleurs non-salariés avant le départ en retraite ?

- demander un recalcul des cotisations sociales provisionnelles sur une estimation des revenus.
- fixation des nouvelles charges en fonction des revenus de l'année en cours.



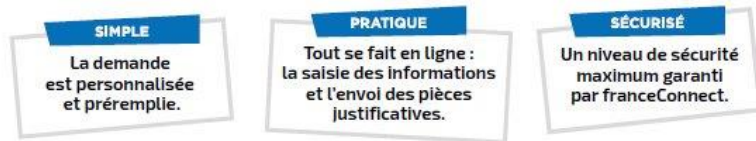
Demander votre retraite en ligne

Quand faire sa demande ?

5 mois avant le point de départ de la retraite

Comment faire sa demande en ligne ?

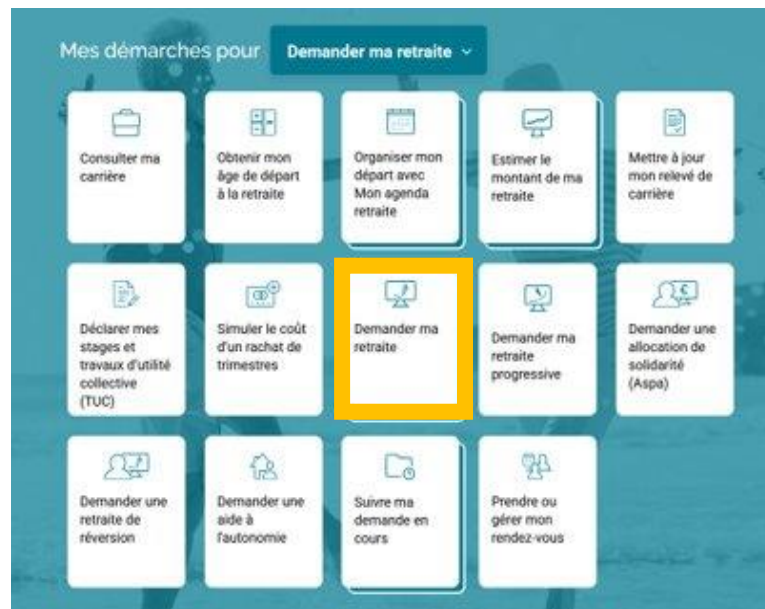
- à partir de votre espace personnel sur www.lassuranceretraite.fr
- sélectionnez le service « Demander ma retraite » pour l'ensemble de vos régimes de retraite, de base et complémentaire



- Examen de votre demande de retraite par chaque régime de retraite
- Notification émise et paiement par chacun des régimes de retraite d'affiliation (une seule notification pour la retraite de base salarié, salarié agricole, artisan et commerçant)

MON ESPACE PERSONNEL
lassuranceretraite.fr

La retraite n'est pas automatique



Demander votre retraite

Les étapes

1



**5 mois
avant
votre départ**

Demandez votre retraite

Connectez-vous à votre espace personnel puis sélectionnez le service en ligne « Demander ma retraite ».

2



**Pendant
le traitement**

Suivez l'avancement de votre demande au régime général

Connectez-vous à votre espace personnel puis sélectionnez le service en ligne « Suivre ma demande en cours ».

3



**Quelques
semaines avant
la date de départ**

L'Assurance retraite vous adresse votre notification de retraite

Ce courrier vous indique le montant de votre retraite et son point de départ.

4



**Le mois suivant
votre départ**

**L'Assurance retraite vous verse
le 1^{er} paiement de votre retraite**
(date spécifique en Alsace-Moselle)

RETRAITE



Demander votre retraite

Déposer votre demande de retraite

Vous ne pouvez pas déposer votre demande en ligne ?



Envoi d'une demande de retraite et des pièces justificatives obligatoires auprès de chacun de vos régimes de retraite.

- télécharger et imprimer vos demandes sur le site internet de chacun de vos régimes de retraite tels que www.lassuranceretraite.fr et sur www.agirc-arcco.fr.
- ou à défaut, contacter par téléphone vos organismes de retraite.

Besoin d'aide pour compléter votre demande de retraite de l'Assurance retraite?

Rendez-vous dans une structure France services le plus proche de chez vous <https://www.france-services.gouv.fr/>

Assurance retraite Île-de-France
CS70009
93166 NOISY LE GRAND CEDEX

3960

Service gratuit
+ prix appel

De l'étranger, composez le +33 9 71 10 39 60



France
services

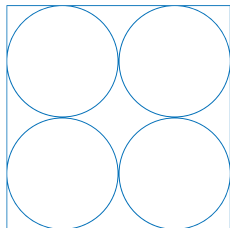
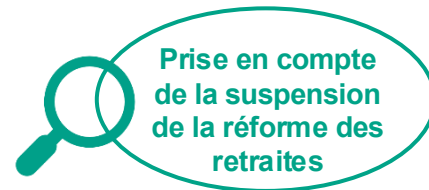




03 Les conditions

Les conditions

Âge légal de la retraite et durée d'assurance



Suspension de la réforme des retraites 2023

Pour les retraites prenant effet à compter du 1^{er} septembre 2026

- ralentissement pour les assurés nés entre 1964 et 1968 :
 - de la hausse progressive de l'âge légal*;
 - et de la durée d'assurance.
- maintien de l'âge de départ à la retraite à 62 ans et au taux maximum de 50% (taux plein) pour les retraites attribuées au titre de l'inaptitude au travail ou suite à une pension d'invalidité
- aucun changement pour l'âge d'acquisition du taux plein par l'âge (67 ans)



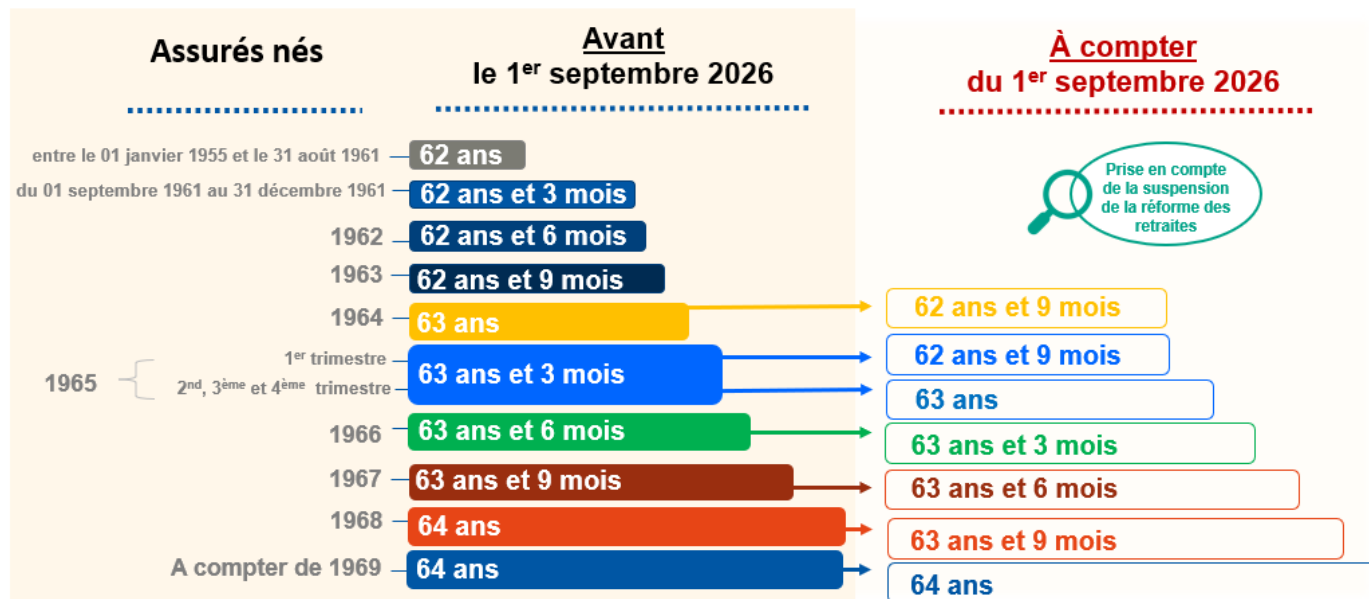
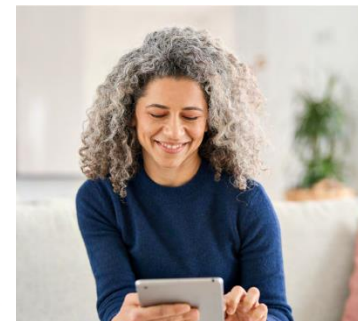
* Âge minimum pour demander la retraite sauf exception



Les conditions

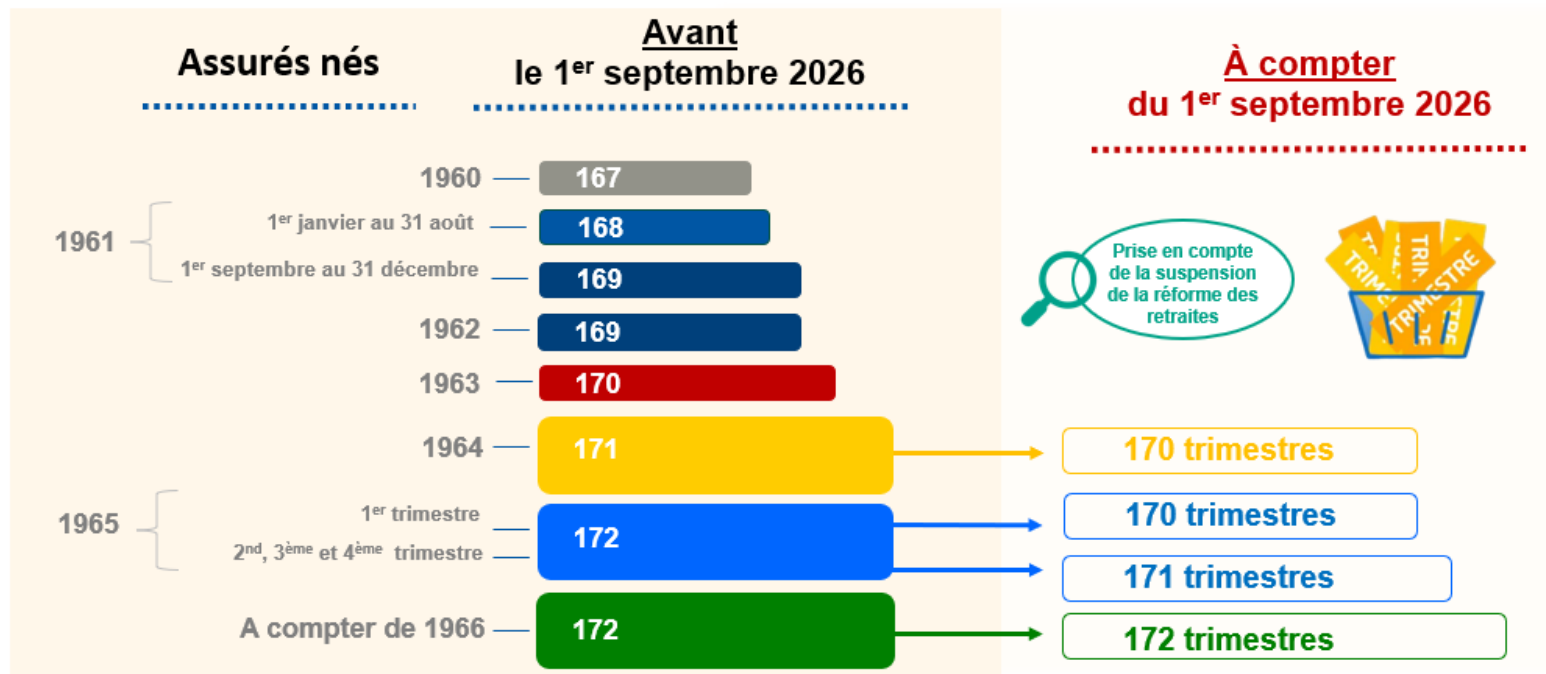
Âge légal de la retraite

Suspension de la réforme des retraites 2023



Les conditions

Durée d'assurance pour une retraite à taux plein



Les conditions

Aménagement des modalités de départ en carrière longue

Dispositif de départ en retraite pour carrière longue

Départ anticipé avant l'âge légal avec 4 bornes d'âge

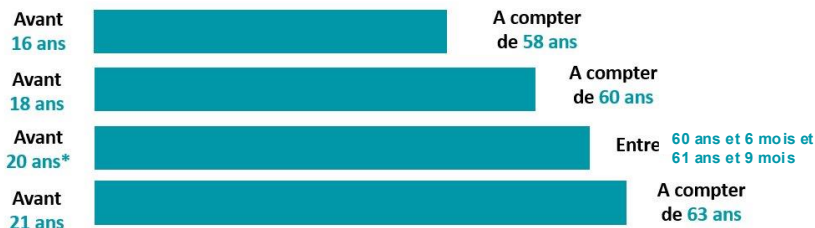


Avoir **5 trimestres** avant la fin de l'année civile d'une des 4 bornes d'âge (16, 18, 20 ou 21 ans)

ou **4 trimestres** pour les assurés nés au 4^{ème} trimestre

Justifier de la durée cotisée ou réputée cotisée égale à celle de la durée d'assurance pour le taux plein

En attente réforme : majoration de durée d'assurance pour enfants dans la limite de 2 trimestres



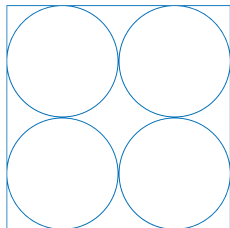
*Pour un début d'activité avant 20 ans des assurés nés entre 01/01/1964 et le 31/12/1970 :

- départ possible échelonné selon l'année de naissance
- entre 60 ans et 6 mois et 61 ans et 9 mois



Les conditions

Formalités en 2 temps



Dispositif de départ en retraite pour carrière longue

1. demande d'attestation pour départ anticipé carrière longue
2. demande de retraite anticipée pour carrière longue

Les départs anticipés validés par

l'Assurance Retraite

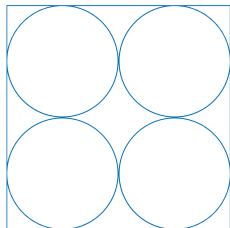
seront également pris en compte par

l'Agirc-Arrco



Les conditions

La retraite progressive



Le principe

1. poursuivre son activité professionnelle à temps partiel si salarié ou diminuer son revenu d'activité si travailleur indépendant et bénéficier d'une partie de ses retraites de base et complémentaire.
2. au moment du départ définitif, nouveau calcul de la retraite avec intégration des droits acquis pendant la période progressive.

Les conditions d'accès : salarié et travailleur indépendant

- à compter de 60 ans
- justifier d'au moins de 150 trimestres tous régimes de retraite confondus
- activité professionnelle :

Travailleur indépendant :

- exercer à **titre exclusif** une activité artisanale ou commerciale et réduire ses revenus d'au moins 20%
- non cumulable avec une activité salariée

Salarié :

- exercer une ou plusieurs activités salariées à temps partiel comprise entre 40% et 80% du temps de travail applicable dans l'entreprise (contrat au forfait jour possible sous conditions)
- non cumulable avec une activité travailleur indépendant

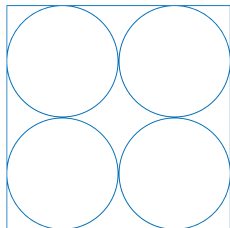
Le point de départ

- **Travailleur indépendant** : 1^{er} janvier de l'année à venir
- **Salarié** : 1^{er} jour d'un mois sans être antérieur à la date de dépôt de la demande



Les conditions

La retraite progressive



Le montant

Calcul de la retraite progressive sur la base des droits acquis et selon la diminution de l'activité

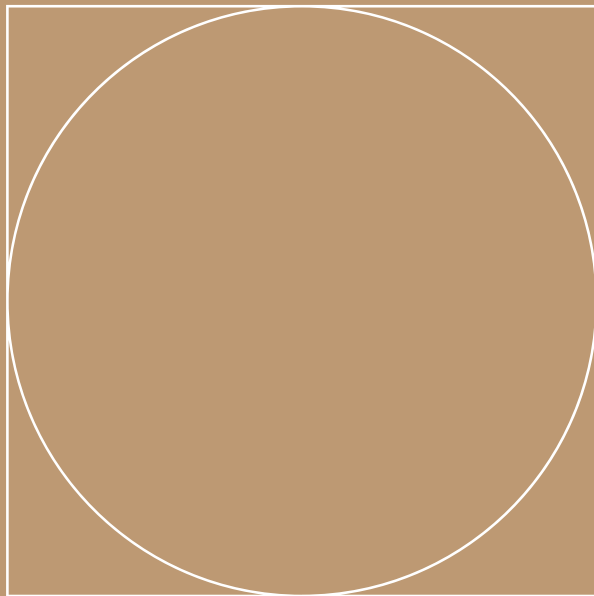
Pour le travailleur non salarié

- La 1^{ère} année : perception de 50% de la retraite progressive à titre provisionnel.
- La 2nde année : ajustement en fonction :
 - si baisse de 20% à 50% : remboursement de la différence à réaliser ;
 - si inférieur à 20% : pas de versement de retraite

Pour le salarié

- Si modification du temps de travail avec respect des bornes autorisées : révision du montant
- Si cessation d'activité à temps partiel : suspension de la retraite
- Si reprise d'activité à temps complet : suppression de la retraite

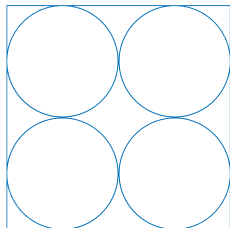




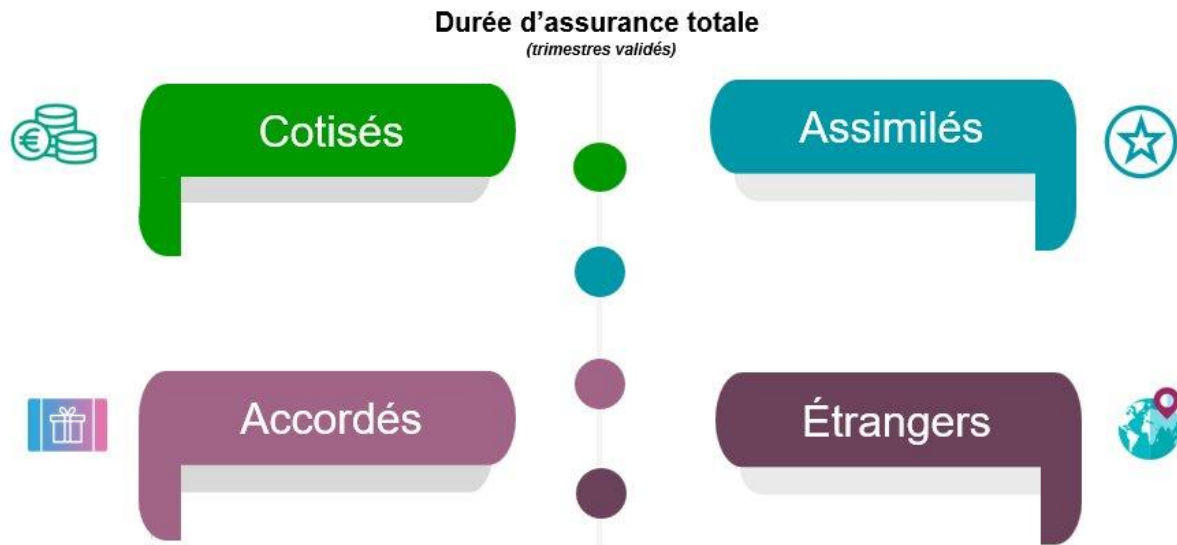
04 La retraite de base

La retraite de base

Durée d'assurance

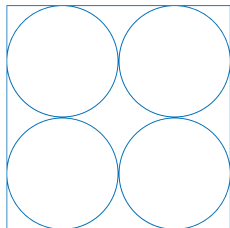


De quoi est-elle composée ?

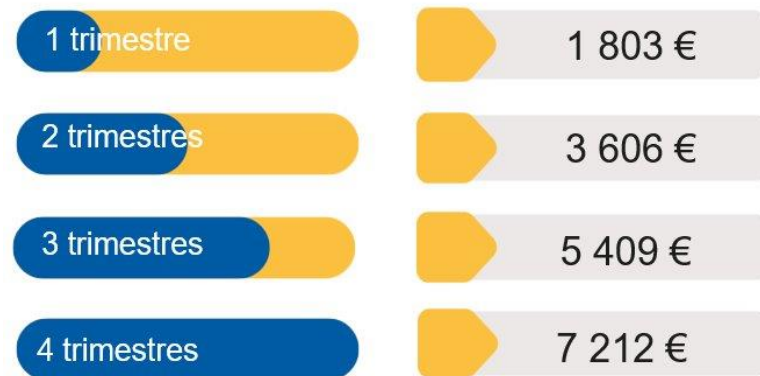


La retraite de base

La retraite



Trimestres d'activités pour les salariés du privé



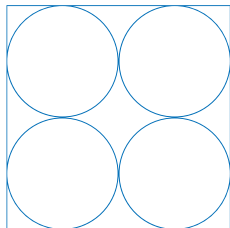
- 4 trimestres maximum par an
- prise en compte du montant des cotisations et non de la durée réelle de l'activité professionnelle

Dans la limite du plafond de la Sécurité sociale 2026 ➡ 48 060€/an ou 4 005€/mois



La retraite de base

La retraite



Trimestres d'activités pour les travailleurs indépendants

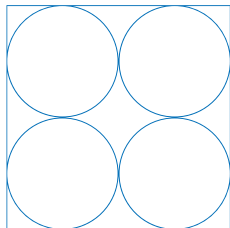
| Valeur 2026 | Montant des cotisations | Montant du revenu |
|--------------|-------------------------|-------------------|
| 1 trimestre | 322 € | 1 803 € |
| 2 trimestres | 644 € | 3 606 € |
| 3 trimestres | 967 € | 5 409 € |
| 4 trimestres | 1 289 € | 7 212 € |

L'assiette minimale pour l'assurance vieillesse de base des travailleurs non-salariés est fixée à **5 409 €** pour 2026 permettant de valider 3 trimestres de retraite par an dans la limite de 48 060€/an ou 4 005€/mois.



La retraite de base

La retraite



Périodes d'exonérations Acre*

* Aide à la création ou à la reprise d'une entreprise

Les périodes de bénéfice de l'Acre permettent une exonération de certaines charges sociales sauf pour la retraite complémentaire des travailleurs indépendants*.

Pour l'ouverture des droits à la retraite de base à l'Assurance retraite,

➤ **validation de trimestres en fonction du revenu réel déclaré**

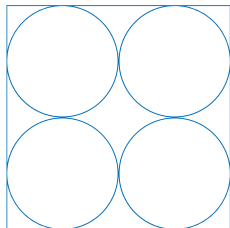
Avant le 1^{er} janvier 2007 et sous conditions, le bénéfice de l'ACCRE permettait la validation de trimestres assimilés dans les mêmes conditions que des périodes de chômage indemnisé.

** Avant le 31 décembre 2007, exonération des cotisations de retraite complémentaire des Artisans possible sans ouverture de droits sauf si renoncement pour bénéficier d'une validation de points*



La retraite de base

La retraite

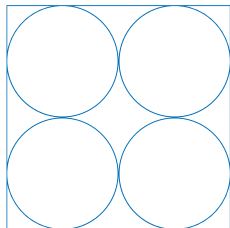


Trimestres assimilés



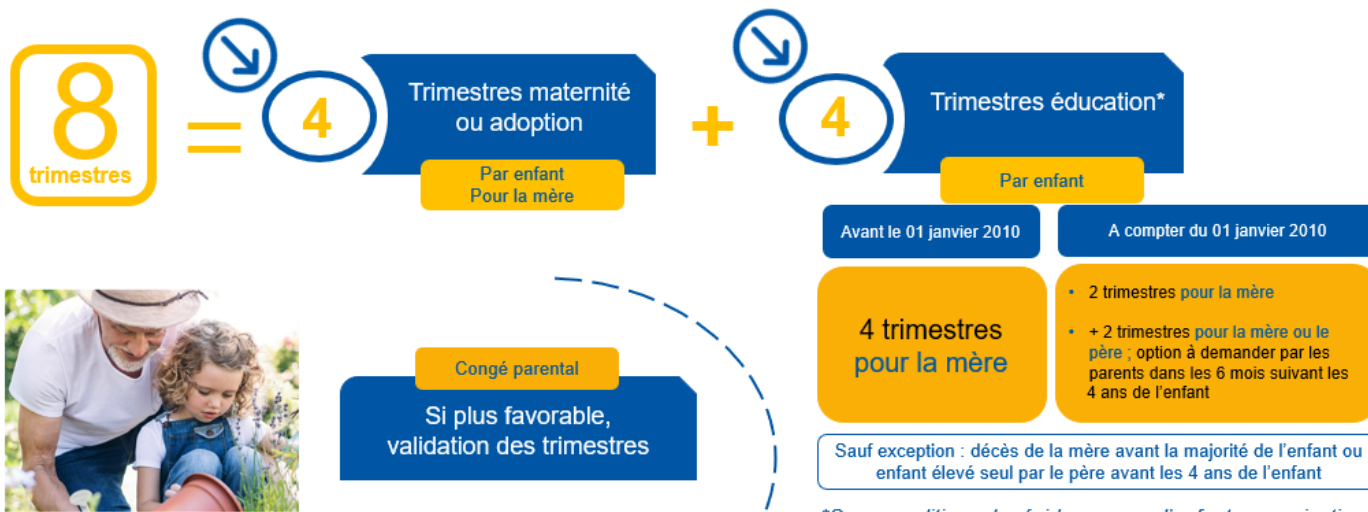
La retraite de base

La retraite



Trimestres accordés

Majoration de durée d'assurance pour enfants

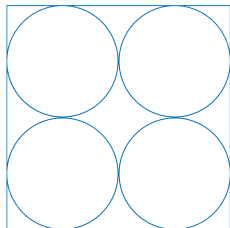


**Sous conditions de résidence avec l'enfant, non privation d'autorité parentale, durée d'affiliation minimum sauf exception*



La retraite de base

La retraite



Trimestres étrangers

Droits variables selon le statut professionnel



Détachement

- Affiliation au régime français
- lien de subordination avec l'employeur
- durée du détachement limitée et variable



Expatriation

- Recrutement local
- sans** rattachement au régime français

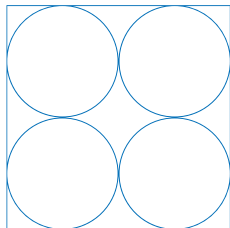


Adhésion possible à l'assurance volontaire auprès de la Caisse des Français de l'étranger (CFE) afin de maintenir les droits à la protection sociale française tout en étant à l'étranger, quel que soit le pays (sous conditions)



La retraite de base

La retraite



Trimestres étrangers

Prises en compte des trimestres étrangers pour le taux

Totalisation des périodes dans l'UE, l'EEE et la Suisse (sauf exception).

Pas de cumul de périodes dans différents pays ayant signé un accord de sécurité sociale (sauf exception) ou entre un pays ayant signé une convention et une période de l'UE, EEE et la Suisse.

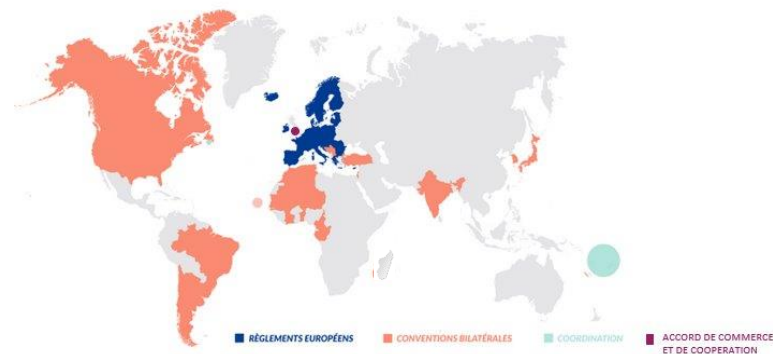
- Les 27 pays Etats membres de l'Union européenne (Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Lettonie, Lituanie, Luxembourg, Malte, Pays-Bas, Pologne, Portugal, république Slovaque, République Tchèque, Roumanie, Slovénie, Suède Mayotte
- Les 3 Etats de l'Espace économique européen (Islande, Liechtenstein, Norvège)
- La Suisse

- Algérie, Andorre*, Argentine*, Bénin, Bosnie-Herzégovine, Brésil*, Cameroun, Canada*, Cap-Vert, Chili*, Congo, Corée-du-sud*, Côte d'Ivoire, États-Unis*, Gabon, Îles anglo-normandes (Jersey, Guernesey et Île-de-Man), Inde*, Israël, Japon*, Kosovo, Macédoine, Mali, Maroc*, Mauritanie, Monaco, Monténégro, Niger, Philippines, Québec*, Saint-Marin, Sénégal, Serbie*, Togo, Tunisie*, Turquie, Uruguay*

- Mayotte
- Nouvelle-Calédonie*
- Polynésie-française*
- St-Pierre et Miquelon*

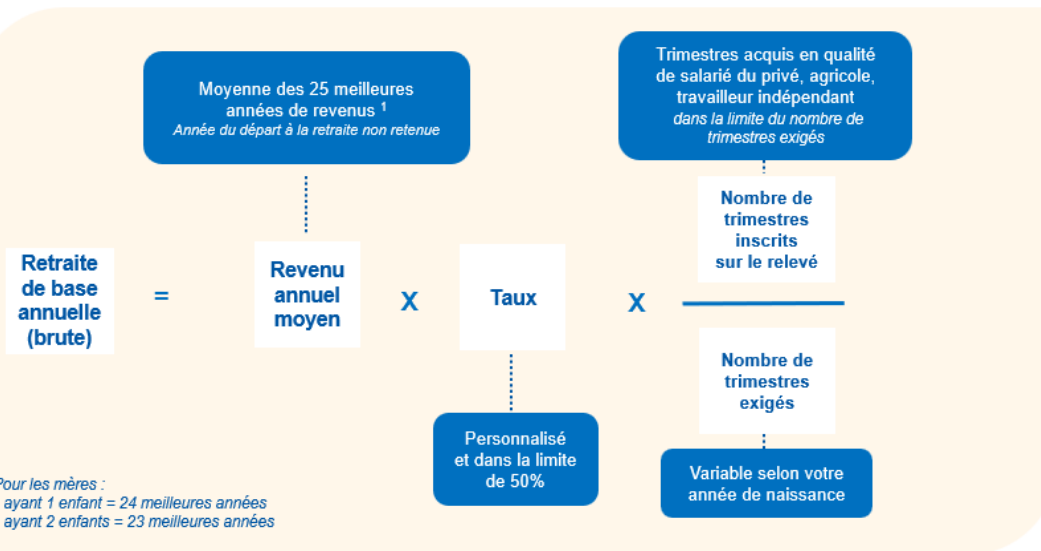
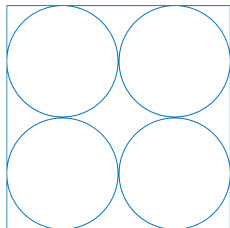
- Royaume uni

* Si uniquement statut d'indépendant en France



La retraite de base

Calcul du montant de la retraite de base selon la formule suivante

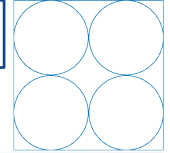


Qui calcule et paie la retraite de base ?

Dernier régime d'affiliation si travailleur indépendant, salarié du privé ou agricole



Calcul du montant de la retraite de base pour les artisans et commerçants

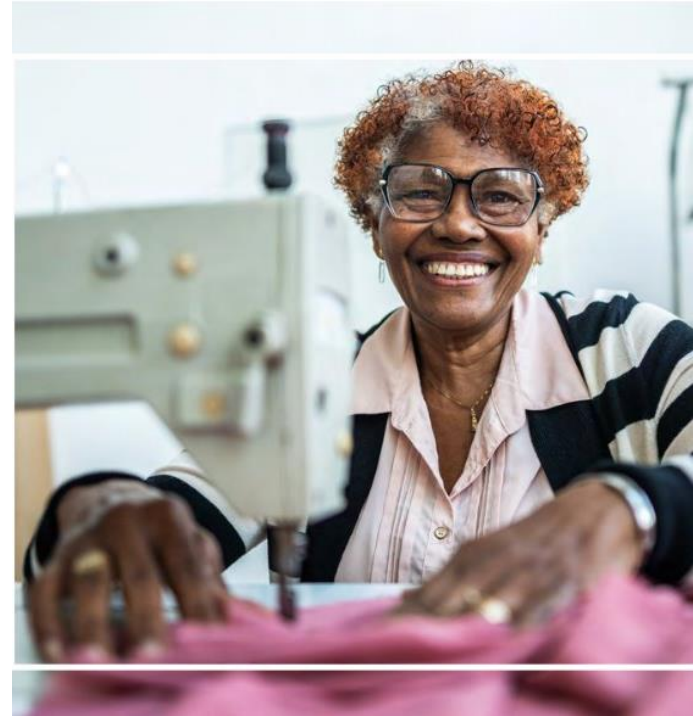


Depuis 1973

Alignement du calcul de la retraite des artisans et commerçants sur celui du régime général des salariés du privé

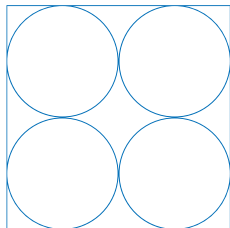
Avant 1973

Calcul de la retraite de base par points



La retraite de base

Augmentation de la retraite



Majoration pour enfant : 10% de la retraite

Avoir eu 3 enfants et plus (biologique, adopté ou enfant du conjoint sous conditions)

Surcote d'activité : 1,25% par trimestre civil cotisé

- avoir atteint l'âge légal
- avoir la durée d'assurance requise pour le taux plein
- poursuivre une activité professionnelle

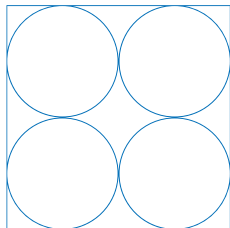
La surcote parentale : 1,25% pour chaque trimestre cotisé supplémentaire, au cours de l'année précédant l'âge légal de la retraite et dans la limite de 5%

- justifier d'au moins 1 trimestre de majoration de durée d'assurance pour enfants (maternité, adoption, éducation, congé parental, enfant handicapé)
- justifier de la durée d'assurance requise pour le taux plein dans l'année qui précède l'âge légal de la retraite
- avoir au moins 63 ans



La retraite de base

Augmentation de la retraite



Le minimum contributif

Le principe :

- garantir un montant minimum de retraite de base variable selon le nombre de trimestres cotisés en présence de faibles salaires ;
- versement automatique d'un complément différentiel, quels que soient les revenus mobiliers ou immobiliers du retraité.

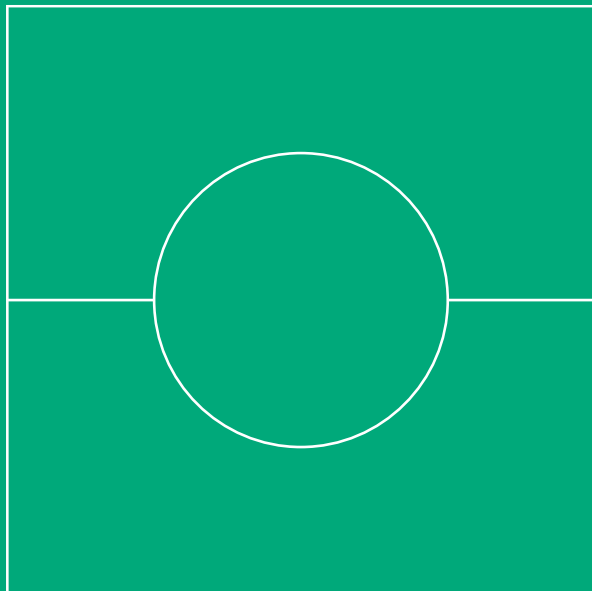
Les conditions d'accès :

- à partir de l'âge légal et avec une retraite calculée au taux maximum ;
- avoir demandé toutes les retraites base et complémentaire dont le montant total est inférieur à 1410,89 € par mois (valeur 01/2026).

Le montant :

756,29 € à 903,93 € (valeur 01/2026) selon le nombre de trimestres cotisés.





05 La retraite complémentaire

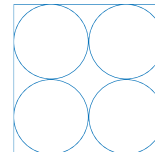
Le calcul de la retraite complémentaire

Depuis 2013

Régime complémentaire unique et commun pour les artisans et commerçants

Avant

1979 pour les artisans et 2004 pour les commerçants



COTISATIONS (versées à l'Urssaf)

8,1%

de la part de revenu inférieure au plafond⁽¹⁾ RCI*

ET

9,1%

de la part de revenu comprise entre le plafond RCI et 4 fois le plafond annuel de la Sécurité sociale⁽²⁾



(1) 43 891 € en 2025
(2) 188 400 € en 2025

CALCUL

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE

=

LE NOMBRE DE POINTS acquis par l'assuré

X

LA VALEUR DU POINT revalorisée chaque année

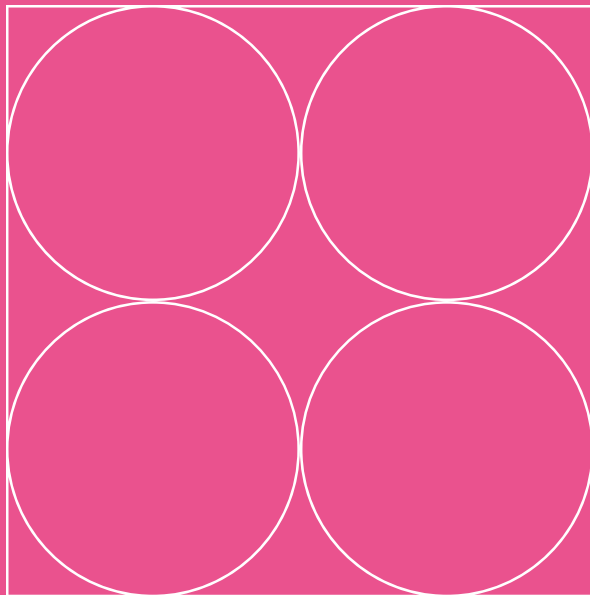
X

LE TAUX

de la retraite de base*

*Si vous ne bénéficiez pas d'une retraite de base à taux plein, votre RCI sera également minorée.





06

L'accompagnement

Aide au départ à la retraite

Permet la prise en charge des cotisations TNS impayées afin de valider des droits à la retraite en fin de carrière ou de faire face aux difficultés rencontrées lors du passage à la retraite.

Les conditions d'attributions sont les suivantes :

- avoir le statut d'indépendant ou conjoint collaborateur au moment de la demande ;
- avoir atteint l'âge légal de départ à la retraite ou 62 ans en cas d'invalidité ;
- avoir majoritairement été affilié(e) en qualité d'indépendant sur l'ensemble de sa carrière ;
- avoir cotisé plus de 15 années et 60 trimestres d'activité en qualité d'indépendant ;
- ne pas être imposable sur les deux années civiles précédant le départ à la retraite.



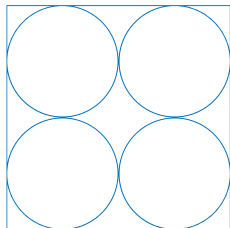
L'ADR est une aide à caractère social et facultatif : elle dépend de critères sociaux et n'est donc pas accordée systématiquement.

En savoir plus : [secur-independants.fr](https://securite-sociale.fr/indpendants) > [Retraite](#) > [Partir en retraite](#) > [ADR](#).



L'accompagnement

Dois-je cesser mon activité ?



Le cumul emploi retraite

Le principe

Cessation de l'ensemble des activités professionnelles sauf pour :

- les commerçants, artisans et industriels (possibilité de poursuite d'activité) ;
- les salariés en raison du type, de la nature d'activité, ou avec des faibles revenus.

Et son exception

Cumul emploi retraite intégral, sans aucune restriction, pour percevoir les retraites de base et complémentaire ainsi que les revenus d'activité professionnelle à condition :

- d'avoir l'âge légal de départ(1) en retraite et justifier de la durée d'assurance requise pour la retraite à taux plein ou avoir l'âge d'obtention du taux maximum (67 ans) ;
- et d'avoir fait valoir l'ensemble des retraites auprès des régimes de retraite obligatoire.

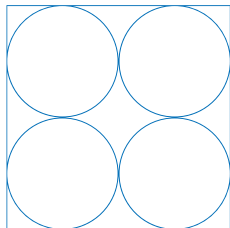


(1) Attention : en cas de départ en retraite anticipée, application des règles du cumul emploi retraite intégral uniquement à partir de l'âge légal de départ à la retraite



L'accompagnement

Dois-je cesser mon activité ?



A défaut de remplir les conditions du cumul emploi retraite intégral, mise en place du cumul emploi retraite limité.

Pour les indépendants

Montant du revenu professionnel procuré par cette activité et des pensions de retraite ne doivent pas dépasser :

- la moitié du plafond annuel de la Sécurité Sociale (soit 24 030 € en 2026) ;
- ou le plafond annuel de la sécurité sociale (soit 48 060 € en 2026) si activité dans une zone de revitalisation rurale (ZRR) ou dans un quartier prioritaire de la politique de la ville (QPV).

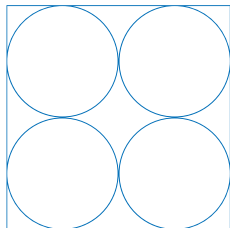


Attention : si dépassement du plafond autorisé, suspension du versement de la retraite base et complémentaire pour chaque année de cumul pendant un maximum de 12 mois



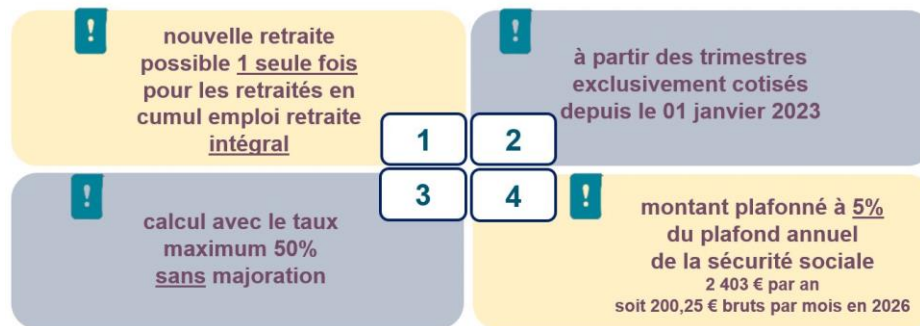
L'accompagnement

Dois-je cesser mon activité ?



Et pour les droits à la retraite en cas de cumul emploi-retraite ?

! Droit à une seconde retraite ouvert à partir du 1^{er} septembre 2023 en faveur des travailleurs indépendants et salariés



Délai de carence de 6 mois obligatoire en cas de reprise chez le dernier employeur (si salarié) pour les retraites prenant effet à compter du 01/11/2023



L'accompagnement



Evolution du cumul emploi-retraite

Pour les retraites prenant effet à compter du 1^{er} janvier 2027

- Suppression du délai de carence de 6 mois en cas de reprise d'activité chez le même employeur
- Simplification des règles de cumul emploi-retraite avec 3 situations de départ à la retraite :

①

Avant
l'âge légal de la
retraite

②

Entre
l'âge légal
de la retraite
et 67 ans

③

À partir
de 67 ans



L'accompagnement



Evolution du cumul emploi-retraite

Pour les retraites prenant effet à compter du 1^{er} janvier 2027

Avant
l'âge légal
de la retraite

- Retraite réduite du montant du nouveau revenu

Exemple

Si reprise d'activité avec un salaire de 1000 €, la retraite sera diminuée de 1000 €. Possibilité de suspension totale de la retraite si le revenu est supérieur au montant de la retraite

Entre
l'âge légal de la retraite
et 67 ans

- Cumul possible dans la limite d'un seuil de revenus fixé par décret.
- Si dépassement du seuil, réduction de la retraite à hauteur de 50% du montant dépassé

Exemple

Si seuil fixé à 7000 €/an, un revenu annuel de 10 000 € dépassera de 3000 € le seuil. La retraite sera diminuée de 1 500 € (soit 3 000 € / 2).

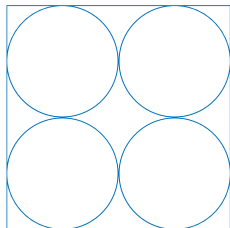
À partir
de 67 ans

- Cumul de la retraite et du revenu d'activité sans conditions
- Droit à une seconde retraite pour les périodes travaillées en cumul après 67 ans



L'accompagnement

Allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA)



Compléter la retraite

Si vous avez de faibles ressources, possibilité de demander une aide financière pour garantir un minimum de revenus pour vivre en France sous conditions :

- Ressources, résidences et âge ;
- Montant de l'ASPA variable selon la situation personnelle et familiale.



Pour connaître votre éligibilité à l'ASPA, rendez-vous sur mes-aides.gouv.fr



L'accompagnement

L'offre de services de l'Assurance retraite

Informations et services en ligne pour préparer et gérer votre retraite www.lassuranceretraite.fr

Pour nous écrire

CNAV Assurance retraite Ile-de-France
CS 70009
93166 Noisy Le Grand Cedex

Par téléphone

39 60
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 17h.
(service gratuit + prix d'un appel selon l'opérateur téléphonique)

Centre d'assistance technique

0 971 10 20 10

A télécharger en ligne

www.lassuranceretraite.fr

> Je suis actif / Je suis retraité >

> Formulaires et Supports d'information

Ma carrière



Comment lire mon relevé
de carrière ?
(PDF - 420 Ko)



Compléter ma carrière et
déclarer mes enfants
(PDF - 165 Ko)

Ma retraite



Je prépare ma retraite
(PDF - 3 064 Ko)



Dès 55 ans, ma retraite,
j'y pense, je prends de
l'avance
(PDF - 118 Ko)



Demandeur d'emploi :
votre passage à la
retraite (fiche pratique)
(PDF - 162 Ko)



La notification de retraite
: mieux comprendre à
partir d'un exemple
(PDF - 257 Ko)



Tout savoir sur
l'allocation de solidarité
aux personnes âgées
(Aspa)
(PDF - 184 Ko)



Ma retraite, mode
d'emploi

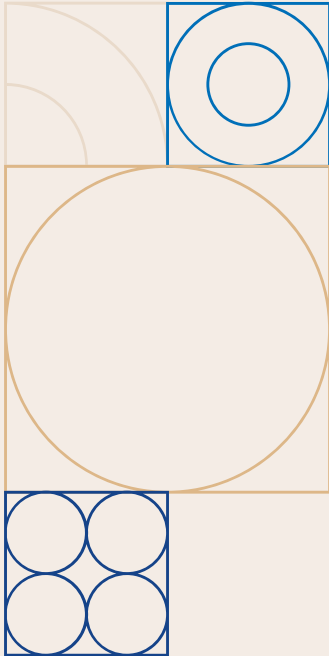


Travailleurs
indépendants : vos droits
à la retraite
complémentaire
(PDF - 202 Ko)



Trop-perçu : Comment le
rembourser ?
(PDF - 664 Ko)

Liens utiles

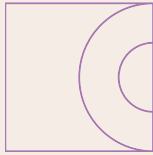


- urssaf.fr
- [secu-indépendants.fr](https://secu-independants.fr)
- autoentrepreneur.urssaf.fr

Par téléphone

- **3698** (service gratuit + prix d'un appel selon l'opérateur téléphonique)





Où vous informer ?

@Urssaf Île-de-France



LinkedIn



YouTube



Ur'Start



Podcast
« Seuls, mais bien
accompagnés »

**Abonnez-vous à nos
newsletters via Ur'Start**

