

L'essentiel de la Retraite

Le système de retraite français repose sur un principe de répartition : les cotisations des actifs financent directement les pensions des retraités actuels, à la différence d'un système par capitalisation où chacun épargne pour sa propre retraite. Ce système a fait l'objet d'une réforme en 2023, dont l'application est désormais suspendue jusqu'en 2028.

Voyons le fonctionnement du régime de base et du régime complémentaire, le calcul détaillé de la pension de base et de la retraite Agirc-Arrco, l'âge légal et la réforme 2023 suspendue, la retraite anticipée pour carrière longue, les trimestres et leur validation, le rachat de trimestres, les droits familiaux et conjugaux, le cas des indépendants et professions libérales, le cumul emploi-retraite, comment préparer sa retraite par capitalisation avec le PER, les étapes concrètes pour préparer son dossier, et les termes fréquemment utilisés.

LE SYSTÈME FRANÇAIS PAR RÉPARTITION : RÉGIME DE BASE ET COMPLÉMENTAIRE

Le régime de base : Géré par la CNAV (Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse) pour les salariés du privé, il calcule la pension en fonction du nombre de trimestres validés au cours de la carrière et du salaire annuel moyen des meilleures années.

Le régime complémentaire : Géré par l'Agirc-Arrco pour les salariés du privé (cadres et non-cadres depuis la fusion de 2019), il fonctionne par points : chaque cotisation acquiert un nombre de points, convertis en pension au moment du départ selon leur valeur de service.

Le poids relatif de chaque régime : La retraite complémentaire Agirc-Arrco représente généralement 30 à 40 % de la pension totale d'un salarié du privé, une proportion qui grimpe à 50-60 % pour les cadres ayant cotisé sur des tranches de rémunération élevées.

Le taux plein : Une pension à taux plein (sans décote) suppose d'avoir atteint l'âge légal de départ ET validé le nombre de trimestres requis pour sa génération, ou d'avoir atteint l'âge du taux plein automatique (67 ans) ; à défaut, une décote s'applique, ou une majoration (surcote) si l'on cotise au-delà du nombre de trimestres requis.

LE CALCUL DE LA PENSION DE BASE

Finances Indépendantes

Conseil en Gestion de Patrimoine

www.financesindependantes.fr

YouTube : [A vos Investissements](#)

La pension de base du régime général se calcule selon une formule qui combine trois éléments.

Le salaire annuel moyen (SAM) : Moyenne des salaires annuels bruts (dans la limite du PASS de chaque année) des 25 meilleures années de carrière pour les assurés nés à partir de 1948, revalorisés selon l'inflation.

Le taux de liquidation : 50 % au taux plein ; ce taux est réduit (décote) en cas de trimestres manquants, ou majoré (surcote) au-delà du nombre de trimestres requis, la surcote actuelle étant de 1,25 % par trimestre supplémentaire cotisé au-delà du taux plein.

Le coefficient de proratisation : Rapport entre le nombre de trimestres validés (dans la limite du nombre requis pour sa génération) et ce même nombre requis ; une carrière incomplète réduit ce coefficient et donc la pension finale.

La formule résumée : Pension de base = SAM × Taux de liquidation × (trimestres validés / trimestres requis).

LE CALCUL DE LA RETRAITE COMPLÉMENTAIRE AGIRC-ARRCO

Contrairement au régime de base, l'Agirc-Arrco fonctionne intégralement par points, acquis tout au long de la carrière puis convertis en pension au moment de la liquidation.

La valeur du point : Fixée à 1,4386 € pour l'année 2026, gelée depuis le 1er novembre 2024 faute d'accord entre partenaires sociaux — un fait notable, puisque c'est le premier gel de la valeur du point depuis la création du régime unifié en 2019.

Le prix d'achat du point : 20,1877 € en 2026 : c'est le salaire de référence qui détermine combien de points sont acquis pour un montant donné de cotisations.

La formule résumée : Pension complémentaire = Nombre de points accumulés × Valeur de service du point.

La suppression du malus temporaire : Le coefficient de solidarité (malus de 10 % pendant 3 ans), instauré en 2019 pour inciter à décaler son départ d'un an après l'obtention du taux plein, a été définitivement supprimé pour toutes les liquidations à compter du 1er décembre 2023, et pour les retraités déjà concernés depuis le 1er avril 2024. Il ne s'applique donc plus à personne en 2026.

Attention à ne pas confondre ce malus disparu avec la minoration définitive (viagère) qui continue de s'appliquer à toute personne partant sans le taux plein au régime de base : cette minoration-là reste pleinement en vigueur.

L'ÂGE LÉGAL ET LA RÉFORME 2023 SUSPENDUE

La réforme des retraites de 2023 prévoyait un relèvement progressif de l'âge légal de départ à 64 ans, ainsi qu'un allongement de la durée de cotisation requise pour le taux plein. La loi de financement de la Sécurité sociale pour 2026 a suspendu cette progression jusqu'en 2028.

La portée de la suspension : Elle concerne les retraites prenant effet à compter du 1er septembre 2026 ; les personnes déjà parties avant cette date ne sont pas concernées.

Un exemple concret : Les personnes nées en 1964 pourront partir à 62 ans et 9 mois (au lieu de 63 ans prévus par la réforme de 2023), en justifiant de 170 trimestres de cotisation (au lieu de 171).

Un autre exemple : Les personnes nées entre le 1er avril et le 31 décembre 1965 pourront partir à 63 ans (au lieu de 63 ans et 3 mois initialement prévus).

La suspension gèle la progression sans revenir à l'âge légal de 62 ans en vigueur avant 2023 : le calendrier reste simplement figé pour certaines générations jusqu'en 2028, où la trajectoire de la réforme de 2023 doit théoriquement reprendre.

LES TRIMESTRES ET LEUR VALIDATION

Les trimestres cotisés : Validés grâce aux cotisations prélevées sur les revenus d'activité ; un trimestre est validé dès qu'un seuil de rémunération soumise à cotisation est atteint dans l'année, indépendamment du nombre réel de jours ou d'heures travaillées.

Les trimestres assimilés : Certaines périodes non travaillées ouvrent tout de même droit à des trimestres : maladie, maternité, invalidité, chômage indemnisé, service militaire.

Les trimestres de majoration : Accordés notamment au titre des enfants (éducation, adoption) ou dans certaines situations de handicap, ils s'ajoutent aux trimestres cotisés et assimilés pour le calcul de la durée d'assurance.

La vérification de son relevé de carrière : Il est recommandé de consulter régulièrement son relevé de carrière sur le site officiel info-retraite.fr (ou via FranceConnect) pour signaler toute anomalie ou période manquante le plus tôt possible, les corrections étant plus simples à faire valider avec des justificatifs récents.

LE RACHAT DE TRIMESTRES

Le rachat de trimestres, ou versement pour la retraite (VPLR), permet de valider des périodes non cotisées — années d'études supérieures ou années incomplètes — en versant des cotisations volontaires.

Les deux options de rachat : Le rachat « au taux seul » améliore uniquement le taux de liquidation (réduit la décote) ; le rachat « au taux et à la durée » améliore en plus le coefficient de proratisation, à un coût plus élevé.

Le coût en 2026 : Variable selon l'âge au moment du rachat et le niveau de revenu ; à titre d'exemple, le rachat d'un trimestre au taux seul pour un revenu moyen supérieur au PASS s'élève à 3 973 € en 2026 (barème inchangé depuis 2013, seuls les seuils de revenus étant réévalués chaque année selon le PASS).

Le plafond de rachat : 12 trimestres maximum sur l'ensemble de la carrière, tous types de rachats confondus, dans la limite de 4 trimestres rachetés par année civile.

Le tarif préférentiel pour les stages : Les périodes de stage en entreprise rémunéré (convention, au moins 2 mois, débuté après le 14 mars 2015) peuvent être rachetées à un tarif réduit de 481 € par trimestre en 2026, dans la limite de 2 trimestres, jusqu'au 31 décembre de l'année des 30 ans du bénéficiaire.

La déduction fiscale : Les sommes versées pour un rachat de trimestres sont intégralement déductibles du revenu imposable l'année du paiement, sans plafond — un avantage fiscal non négligeable pour les tranches marginales d'imposition élevées.

LA RETRAITE ANTICIPÉE POUR CARRIÈRE LONGUE

Ce dispositif permet à ceux ayant commencé à travailler jeunes de partir avant l'âge légal, sous conditions.

Les conditions générales : Avoir débuté son activité avant 16, 18, 20 ou 21 ans, et avoir validé au moins 5 trimestres avant la fin de l'année civile de cet anniversaire (4 trimestres pour les personnes nées au dernier trimestre de l'année).

La prise en compte des trimestres enfants : Depuis le 1er septembre 2026, deux trimestres accordés au titre de la maternité, de l'éducation ou de l'adoption d'un enfant peuvent être retenus pour l'accès à ce dispositif, une mesure destinée à faciliter le départ anticipé des mères de famille.

LES DROITS FAMILIAUX ET CONJUGAUX

La majoration pour enfants : Une majoration de 10 % de la pension de base s'applique aux parents ayant élevé au moins trois enfants ; l'Agirc-Arrco prévoit une majoration

familiale distincte, qui ne se cumule pas avec la majoration temporaire pour enfant à charge au moment du départ.

La pension de réversion : Permet au conjoint (ou ex-conjoint) survivant de percevoir une partie de la pension du défunt, sous conditions de ressources et d'âge qui varient selon le régime de base et le régime complémentaire, ce dernier n'imposant pas de condition de ressources contrairement au régime de base.

Le nouveau congé de naissance : Un congé supplémentaire d'un ou deux mois, au choix du salarié et fractionnable en deux périodes, pourra être pris après épuisement des congés maternité, paternité ou d'adoption, dans la limite de 9 mois après la naissance.

LE CAS DES INDÉPENDANTS ET DES PROFESSIONS LIBÉRALES

Les indépendants (SSI) : Depuis la suppression du RSI, les travailleurs indépendants relèvent du régime général pour leur retraite de base, avec un régime complémentaire propre, dont les règles de calcul diffèrent légèrement de celles des salariés.

Les professions libérales (CNAVPL) : Certaines professions libérales cotisent auprès de caisses spécifiques regroupées au sein de la CNAVPL, avec des règles de cotisation et de calcul propres à chaque section professionnelle.

Les régimes spéciaux : Certains régimes spéciaux (fonction publique, industries électriques et gazières, RATP, etc.) conservent des règles de calcul distinctes du régime général, bien que la trajectoire de convergence engagée par les réformes successives tende à en réduire les spécificités.

LE CUMUL EMPLOI-RETRAITE

Le principe : Permet de percevoir sa pension de retraite tout en reprenant ou poursuivant une activité professionnelle, sous certaines conditions de plafond de revenus selon que le cumul est intégral ou plafonné.

L'évolution à venir : Les règles du cumul emploi-retraite (CER) doivent évoluer à compter du 1er janvier 2027, dans le cadre de la loi de financement de la Sécurité sociale pour 2026, notamment sur la possibilité d'acquérir de nouveaux droits à la retraite grâce à l'activité reprise après la liquidation.

PRÉPARER SA RETRAITE PAR CAPITALISATION : LE PER

Face aux incertitudes du système par répartition, le Plan d'Épargne Retraite (PER), individuel ou d'entreprise, permet de se constituer un complément de retraite par capitalisation.

L'avantage à l'entrée : Les versements volontaires sur un PER individuel sont déductibles du revenu imposable, dans la limite d'un plafond annuel (de l'ordre de 4 710 € à 37 680 € en 2026 selon les revenus professionnels), hors plafonnement global des niches fiscales.

Le blocage et les sorties anticipées : Les sommes sont bloquées jusqu'à la retraite, sauf cas de déblocage anticipé (achat de la résidence principale, invalidité, décès du conjoint, surendettement, expiration des droits au chômage).

La sortie à la retraite : Au dénouement, le capital peut être récupéré en rente viagère, en capital, ou une combinaison des deux, avec une fiscalité qui dépend du type de versements (volontaires déduits ou non) et du mode de sortie choisi.

PER ou rachat de trimestres ? : Le rachat de trimestres améliore la durée d'assurance et peut permettre un départ anticipé à taux plein ; le PER constitue un capital ou une rente complémentaire distincts du système par répartition. Les deux sont cumulables et répondent à des objectifs différents.

LES ÉTAPES CONCRÈTES POUR PRÉPARER SA RETRAITE

1. Vérifier son relevé de carrière : Consulter régulièrement son relevé sur info-retraite.fr pour s'assurer que tous les trimestres et tous les employeurs sont correctement enregistrés.

2. Simuler sa date de départ et sa pension : Utiliser le simulateur officiel pour estimer, selon différentes hypothèses d'âge de départ, le montant de sa pension et l'éventuelle décote ou surcote applicable.

3. Étudier l'opportunité d'un rachat de trimestres : Si des trimestres manquent (études, années incomplètes), évaluer le coût du rachat au regard du gain de pension espéré et de la déduction fiscale associée.

4. Compléter par une épargne dédiée : PER individuel ou d'entreprise, assurance-vie, investissements complémentaires : bâtir une épargne de long terme pour ne pas dépendre uniquement des régimes par répartition.

5. Déposer sa demande de retraite : La demande doit être déposée plusieurs mois avant la date de départ souhaitée, généralement via le compte en ligne de l'Assurance Retraite, pour permettre l'instruction du dossier dans de bons délais.

LES TERMES FRÉQUENTS

Répartition : Système où les cotisations des actifs financent directement les pensions des retraités actuels.

Trimestre : Unité de mesure de la durée d'assurance retraite, validée par le travail ou certaines périodes assimilées (maladie, chômage, enfants).

Taux plein : Pension calculée sans décote, sous condition d'âge et/ou de durée de cotisation atteints.

SAM : Salaire Annuel Moyen : moyenne des salaires des 25 meilleures années de carrière, servant de base au calcul de la pension de base.

Décote / Surcote : Réduction (décote) ou majoration (surcote) de la pension selon que le nombre de trimestres requis est atteint ou dépassé au moment du départ.

Carrière longue : Dispositif de départ anticipé pour les personnes ayant commencé à travailler jeunes.

Agirc-Arrco : Régime de retraite complémentaire par points des salariés du secteur privé.

Rachat de trimestres : Versement volontaire permettant de valider des périodes non cotisées (études, années incomplètes).

Pension de réversion : Part de la pension d'un assuré décédé reversée à son conjoint ou ex-conjoint survivant, sous conditions, notamment être âgé de 55 ans au minimum.

PER : Plan d'Épargne Retraite : dispositif d'épargne par capitalisation en vue de la retraite, individuel ou collectif.

Cumul emploi-retraite : Possibilité de percevoir sa pension tout en exerçant une activité professionnelle.