

RJ Patrimoine

CONSEIL INDÉPENDANT

LES ESSENTIELS  
VOLUME V · 2026

UN GUIDE D'AUTEUR

# La retraite, *décodée.*

*Relevé de carrière, SAM, décote, surcote, régimes spéciaux, PER, cumul emploi-retraite : le guide complet pour comprendre votre future pension et agir avant qu'il ne soit trop tard.*

---

*Foël Randrianarison*

CONSEILLER EN GESTION DE PATRIMOINE

# Joël Randrianarison

RJ PATRIMOINE

---

Édition de **mai 2026**

Paramètres de retraite en vigueur au 17 mai 2026

ORIAS n° **25004202**

*Reproduction interdite sans autorisation écrite*



*La retraite est un marathon dont on ne connaît pas la distance exacte — mais dont on sait qu'il faut un bon entraînement. Chaque euro épargné à 35 ans a trente ans pour travailler. Chaque euro non épargné à 55 ans a dix ans pour manquer. Le temps est votre meilleur allié ou votre pire ennemi. C'est vous qui choisissez.*

JOËL RANDRIANARISON

# Ce que vous allez *découvrir*

## PARTIE I · COMPRENDRE LE SYSTÈME

- 01 Votre retraite se prépare trente ans avant
- 02 Comment lire votre relevé de carrière
- 03 Les régimes obligatoires : général et AGIRC-ARRCO

## PARTIE II · CALCULER SA PENSION

- 04 Calcul de la retraite de base : SAM, taux, durée
- 05 Décote et surcote : ce que vous perdez ou gagnez
- 06 Âge légal et âge du taux plein : ne confondez pas

## PARTIE III · LES RÉGIMES PAR PROFESSION

- 07 Les régimes spéciaux : ce qui reste après les réformes
- 08 La retraite des fonctionnaires
- 09 La retraite des indépendants (TNS)
- 10 La retraite des professions libérales

## PARTIE IV · STRATÉGIES DE TRANSITION

- 11 Le cumul emploi-retraite en 2026
- 12 La retraite progressive
- 13 Rachat de trimestres : quand, combien, rentabilité

## PARTIE V · L'ÉPARGNE RETRAITE

- 14 Le PER : complément indispensable
- 15 L'assurance-vie pour la retraite
- 16 L'immobilier pour la retraite

## POUR ALLER PLUS LOIN

- 17 Estimer sa future pension : méthode pas à pas
- 18 Combien épargner chaque mois
- 19 Les erreurs fréquentes chez les futurs retraités
- 20 FAQ – questions de vrais actifs
- 21 Lexique, sources et avertissement
- 22 Conclusion + votre plan d'action

# I

PREMIÈRE PARTIE

## Comprendre *le système*

---

*Avant de calculer, il faut comprendre. Trois chapitres pour poser les fondations : pourquoi anticiper trente ans avant, comment décoder un relevé de carrière, et comment s'articulent les deux étages obligatoires de la retraite des salariés.*

# Votre retraite se prépare *trente ans avant.*

Dans le cabinet, l'équipe reçoit régulièrement des personnes à 62 ans qui découvrent avec effroi que leur pension sera de 1 400 € net par mois alors qu'elles en gagnaient 3 500 en activité. Ce guide est pour vous, qui avez 35, 40, 45 ans, et qui pouvez encore agir.

Elles ont changé de statut, connu des périodes de chômage, créé une entreprise, divorcé — et personne ne leur a jamais dit l'impact de ces événements sur leur future retraite. En vingt ans de métier, le piège numéro un de la retraite a été identifié : **le déni temporel**. La retraite, c'est dans vingt ou trente ans. C'est loin. Trop loin pour s'en préoccuper maintenant. Alors on repousse. Et un jour, « plus tard » devient « trop tard ».

Voici comment lire votre relevé de carrière et combien vous toucherez vraiment. Pas avec des généralités, mais avec des calculs, des tableaux, des exemples. Parce que la retraite n'est pas une caisse noire dont on découvre le contenu le jour du départ. C'est une équation dont vous pouvez — et devez — connaître les variables bien avant l'échéance.

## POURQUOI CE GUIDE EST DIFFÉRENT

Il est écrit par un CGP qui a accompagné des centaines de futurs retraités. Chaque section contient un cas réel, un calcul chiffré, ou un piège que l'expérience montre qu'il s'est refermé sur un client. Il vous donne les outils pour ne pas vous faire avoir.

## L'histoire de Marc, 62 ans, qui a découvert sa pension la veille de son départ

Marc est entré dans le bureau il y a trois mois. Cadre commercial, 3 800 € net par mois, une carrière de 38 ans dans trois entreprises différentes. Il avait son dossier de liquidation rempli. « Je pars dans trois mois, tout est calé », m'a-t-il dit en déposant son relevé de carrière sur le bureau.

Le doigt a été mis sur une ligne. 2013 : 1 trimestre au lieu de 4. « Vous avez changé d'employeur cette année-là ? » Il était passé d'un grand groupe à une PME en septembre. Son ancien employeur avait déclaré les 8 premiers mois, le nouveau les 4 derniers. Mais entre les deux, un trou administratif : le nouveau service RH n'avait jamais transmis la déclaration sociale nominative. Résultat : 3 trimestres perdus.

Trois trimestres manquants. Décote :  $3 \times 1,25 \% = 3,75 \%$ . SAM prévu : 42 000 €. Perte sèche sur la pension de base :  $42\,000 \times 3,75 \% = 1\,575$  € par an. Sur 20 ans de retraite : **31 500 €**. À cause d'une erreur administrative vieille de douze ans que personne n'avait jamais vérifiée.

Marc a décalé son départ de six mois. On a pu reconstituer partiellement ses droits via les archives de l'URSSAF. Il a récupéré deux trimestres sur trois. Mais il a perdu six mois de retraite et quelques nuits de sommeil. Tout ça pour n'avoir jamais ouvert son relevé de carrière.

---

*“Le relevé de carrière, c'est votre bulletin de notes de la retraite. Ne le rangez pas dans un tiroir. ”*

---

## CHAPITRE 2

# Comment lire votre relevé de carrière.

Le relevé de carrière est un document de quelques pages que la plupart des gens reçoivent, survolent, et rangent dans un tiroir. Erreur monumentale. Chaque ligne de ce relevé représente des droits. Des droits qui se traduiront en euros – ou pas – le jour de votre départ.

---

## Les quatre zones à vérifier systématiquement

**Zone 1 – L'état civil et le numéro de Sécurité sociale.** Une erreur de nom, de date de naissance ou de NIR peut entraîner la perte de trimestres entiers. Vérifiez que votre nom est correct et que votre NIR n'a pas changé.

**Zone 2 – Le tableau des droits par année.** Chaque année est listée avec le nombre de trimestres validés, le salaire brut reporté, et le régime de rattachement. Repérez les années à zéro trimestre. Chaque anomalie est une pension amputée.

**Zone 3 – Les régimes.** Si vous avez cotisé à plusieurs régimes (général, MSA, CIPAV, CARMF...), chacun doit apparaître avec son propre relevé. Vérifiez qu'aucune période n'est orpheline.

**Zone 4 – L'estimation de pension.** Votre relevé contient une projection à différents âges de départ. Prenez cette estimation comme un point de départ, pas comme une vérité.

## LES TROIS PIÈGES DU RELEVÉ DE CARRIÈRE

**Piège n°1 : les années incomplètes.** Une année avec 3 trimestres au lieu de 4. Le 4<sup>e</sup> est-il manquant parce que vous avez commencé à travailler en octobre ? Ou parce que l'employeur n'a pas déclaré ? Dans le second cas, vous perdez un trimestre de cotisation.

**Piège n°2 : les périodes assimilées.** Chômage indemnisé, maladie, maternité, service militaire. Ces périodes sont censées générer des trimestres « gratuits ». Mais elles n'apparaissent pas toujours. Vérifiez.

**Piège n°3 : le plafonnement des salaires.** Le relevé ne retient que les salaires dans la limite du PASS (48 060 € en 2026). Au-delà du PASS, vos cotisations ne génèrent pas de droits supplémentaires dans le régime de base.

## Comment corriger une erreur

- 1. Rassemblez les preuves :** bulletins de salaire, contrats de travail, attestations Pôle Emploi, avis d'imposition.
- 2. Contactez votre caisse de retraite** via votre espace personnel. Utilisez le formulaire de demande de correction de carrière.
- 3. Relancez.** Votre demande peut prendre six mois. Ne lâchez pas. Un courrier recommandé avec AR est plus efficace qu'un mail.
- 4. Conservez tout.** Les preuves de vos démarches, les accusés de réception. Le jour où vous liquidez, avoir prouvé que vous avez signalé une erreur en 2026 peut sauver vos droits en 2036.

## LA RÈGLE D'OR

Vérifiez votre relevé de carrière tous les cinq ans à partir de 35 ans, puis tous les deux ans à partir de 55 ans. Une erreur découverte à 60 ans sur une année de vos 25 ans est souvent impossible à corriger.

## CHAPITRE 3

# Les régimes obligatoires : *général et AGIRC-ARRCO.*

*Votre retraite de salarié n'est pas constituée d'une seule pension. Elle en a deux, empilées l'une sur l'autre comme deux étages d'un même immeuble.*

## L'étage 1 : le régime général (CNAV)

C'est la retraite de base, gérée par l'Assurance Retraite. Elle concerne tous les salariés du privé. Vous cotisez pendant votre vie active, vous accumulez des trimestres, et à la retraite vous recevez une pension. Le taux de cotisation salariale est de 6,90 % dans la limite du PASS (+ 0,40 % au-delà).

Le taux patronal est de 8,55 % (+ 2,02 % au-delà). Le régime général verse environ 45 % de la pension totale d'un salarié du privé.

## L'étage 2 : la retraite complémentaire AGIRC-ARRCO

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2019, les régimes AGIRC (cadres) et ARRCO (tous) ont fusionné en un régime unique : l'AGIRC-ARRCO. Il concerne tous les salariés du privé. L'AGIRC-ARRCO est un **régime par points**. Chaque année, vos cotisations sont converties en points. Le jour de votre retraite, le total de vos points est multiplié par la valeur du point.

PARAMÈTRE AGIRC-ARRCO	VALEUR 2026
Valeur du point	1,4386 €
Prix d'achat du point	20,1877 €
Taux tranche 1 (≤ 1 PASS)	7,87 % salarial + 12,55 % patronal
Taux tranche 2 (1 à 8 PASS)	21,59 % salarial + 22,69 % patronal
Taux d'appel	127 %

### COMMENT LIRE VOTRE RELEVÉ AGIRC-ARRCO

Multipliez le nombre total de points par la valeur du point (1,4386 €) pour obtenir votre pension complémentaire annuelle brute. 8 000 points × 1,4386 = 11 508,80 € par an, soit 959,07 € par mois.

## Le malus temporaire AGIRC-ARRCO

Si vous partez à l'âge du taux plein sans décaler votre départ d'un an, une minoration temporaire de 10 % peut s'appliquer pendant 3 ans sur votre pension complémentaire. Un an de plus peut vous épargner 3 ans de minoration.

# II

DEUXIÈME PARTIE

## Calculer *sa pension*

---

*La formule qui détermine votre pension tient en trois variables. Derrière cette simplicité apparente se cachent la décote, la surcote, et la distinction cruciale entre âge légal et âge du taux plein. Trois chapitres pour maîtriser ces mécanismes.*

# Calcul de la retraite de base : *SAM, taux, durée d'assurance.*

Voici la formule que tout le monde devrait connaître par cœur avant 40 ans. Elle tient en trois variables. La comprendre, c'est reprendre la main sur sa future pension.

## LA FORMULE FONDAMENTALE

Pension annuelle de base = SAM × Taux × (Durée d'assurance validée ÷ Durée d'assurance requise)

## SAM : le Salaire Annuel Moyen

Le SAM est la moyenne de vos **25 meilleures années** de salaire brut, revalorisées selon des coefficients annuels. Ce ne sont pas vos 25 dernières années, mais bien les 25 où vous avez le plus gagné. Chaque année est plafonnée au PASS de l'année concernée.

## Taux : 50 % maximum

Le taux plein est de **50 %**. Pour l'obtenir, il faut soit avoir atteint l'âge du taux plein, soit avoir validé le nombre de trimestres requis (172 trimestres, soit 43 ans, pour les générations 1965+).

## Durée d'assurance : la variable qui fait tout basculer

La durée d'assurance requise dépend de votre année de naissance. Pour la génération 1965+, elle est de **172 trimestres**. Si vous avez validé moins de trimestres, votre pension est réduite proportionnellement.

## Exemple chiffré complet

Sophie, née en 1970, salariée du privé depuis 23 ans :

PARAMÈTRE	VALEUR
SAM (25 meilleures années)	36 000 €
Taux	50 % (taux plein)
Trimestres validés	172 / 172 requis
Pension de base annuelle	$36\,000 \times 50\% \times (172/172) = 18\,000\text{ €}$
Pension de base mensuelle	<b>1 500 € bruts</b>

1 500 € bruts, c'est environ 1 370 € nets après prélèvements sociaux (CSG, CRDS, CASA).

## Même exemple avec un parcours haché

5 ans à temps partiel, 3 ans de chômage non indemnisé, une année sabbatique :

PARAMÈTRE	VALEUR
SAM (25 meilleures années)	27 000 €
Taux	50 % (taux plein)
Trimestres validés	152 / 172 requis
Pension de base annuelle	$27\,000 \times 50\% \times (152/172) = 11\,930\text{ €}$
Pension de base mensuelle	<b>994 € bruts</b>

500 € de moins par mois. Sur 25 ans de retraite, c'est 150 000 € de différence. Ce scénario concerne une femme sur deux qui a interrompu ou réduit son activité pour élever des enfants.

### CE QUE LE CALCUL NE MONTRE PAS

La formule donne la pension de base. Mais le SAM impacte aussi la complémentaire : moins vous gagnez, moins vous accumulez de points. Un SAM amputé de 25 % peut réduire votre pension totale de 35 à 40 %.

## Le cas particulier des polypensionnés

Un polypensionné a cotisé à plusieurs régimes : salarié puis fonctionnaire, ou salarié puis indépendant. Chaque régime verse une pension proportionnelle à la durée passée. **La durée d'assurance totale détermine la décote pour chaque régime.** La complexité est maximale — faites-vous accompagner si vous êtes polypensionné.

# Décote et surcote : *ce que vous perdez ou gagnez.*

La décote est le mécanisme le plus mal compris de la retraite – et pourtant, c'est celui qui peut vous coûter le plus cher. À l'inverse, la surcote récompense la patience.

## La décote : le prix de la précipitation

Si vous partez sans avoir les trimestres requis, votre pension est réduite définitivement de **1,25 % par trimestre manquant**, dans la limite de 20 trimestres (25 % maximum).

Le nombre de trimestres manquants est le plus petit entre : les trimestres manquants pour atteindre 172, et les trimestres entre votre âge de départ et 67 ans.

SCÉNARIO	PENSION MENSUELLE DE BASE
Sans décote (taux plein 50 %, SAM 36 000 €, 172 trim.)	1 500 €
4 trimestres manquants (taux 45 %, 168/172)	1 317 €/mois
8 trimestres manquants (taux 40 %, 164/172)	1 144 €/mois
12 trimestres manquants (taux 35 %, 160/172)	977 €/mois

### LA DÉCOTE EST DÉFINITIVE

Une fois liquidée avec décote, elle s'applique à vie. Une décote de 10 % sur 1 500 € = 150 €/mois = 45 000 € sur 25 ans de retraite. C'est le prix de l'impatience.

## La surcote : la récompense de la patience

Si vous continuez à travailler au-delà de l'âge du taux plein avec la durée requise, chaque trimestre supplémentaire donne droit à une **surcote de 1,25 %**, non plafonnée.

TRIMESTRES SUPPLÉMENTAIRES	TAUX DE PENSION	PENSION MENSUELLE
0	50 %	1 500 €
+4 (1 an)	55 %	1 650 € (+150 €/mois)
+8 (2 ans)	60 %	1 800 € (+300 €/mois)
+12 (3 ans)	65 %	1 950 € (+450 €/mois)

#### LE CALCUL QUI CHANGE TOUT

Travailler un an de plus avec une surcote à 5 % = 150 €/mois × 25 ans = 45 000 €. Plus le salaire de l'année et les cotisations supplémentaires. L'arbitrage « 64 ou 65 ans » peut représenter plus de 100 000 € sur la durée.

## CHAPITRE 6

# Âge légal et âge du taux plein : *ne confondez pas.*

*C'est la confusion la plus fréquente. L'âge légal est le ticket d'entrée. L'âge du taux plein est le billet gagnant. La différence peut vous coûter 25 % de votre pension.*

### L'âge légal de départ

Âge **minimum** pour demander sa retraite. Relevé à 64 ans pour les générations nées à partir de 1968. Avant cet âge, impossible de partir — sauf carrière longue ou invalidité.

### L'âge du taux plein

Âge auquel la retraite est calculée **sans décote**, quelle que soit la durée d'assurance. Fixé à **67 ans** pour toutes les générations. Si vous atteignez 67 ans sans avoir 172 trimestres, votre pension est au taux de 50 % mais proratisée.

## Tableau des âges par génération

ANNÉE DE NAISSANCE	ÂGE LÉGAL	DURÉE REQUISE	ÂGE TAUX PLEIN AUTO.
1960	62 ans	167 trim.	67 ans
1961	62 ans	168 trim.	67 ans
1962	62 ans	169 trim.	67 ans
1963	62 ans	170 trim.	67 ans
1964	63 ans	171 trim.	67 ans
1965	63 ans 3 mois	172 trim.	67 ans
1966	63 ans 6 mois	172 trim.	67 ans
1967	63 ans 9 mois	172 trim.	67 ans
1968+	64 ans	172 trim. (43 ans)	67 ans

### LE PIÈGE DE L'ÂGE LÉGAL

Née en 1970, études longues, début à 24 ans. À 64 ans : 160 trimestres au lieu de 172. Décote de 15 % + proratisation 160/172. Double peine. Attendre 67 ans annule la décote – mais la proratisation reste.

## Le cas des carrières longues

Si vous avez commencé avant 20 ans avec un minimum de trimestres, vous pouvez partir **avant** l'âge légal : à 58, 60 ou 62 ans selon votre année de naissance. Vérifiez la mention « carrière longue » sur votre relevé.

# III

TROISIÈME PARTIE

## Les régimes *par profession*

---

Tous les actifs ne sont pas logés à la même enseigne. Régimes spéciaux en voie d'extinction, spécificités de la fonction publique, cotisations des indépendants et caisses autonomes des professions libérales : quatre chapitres pour décrypter ce qui change selon votre statut.

# Les régimes spéciaux : *ce qui reste après les réformes.*

SNCF, RATP, EDF-GDF, marins, Clercs de notaire : la réforme de 2023 a mis fin au recrutement de nouveaux bénéficiaires pour la plupart des régimes spéciaux.

## La clause du grand-père

Les personnes déjà en poste conservent leurs droits acquis. Un cheminot embauché en 2010 garde les règles de son régime spécial. Un cheminot embauché en 2026 relève du régime général et de l'AGIRC-ARRCO.

## Les principaux régimes fermés

RÉGIME	STATUT 2026	ÂGE LÉGAL AVANT RÉFORME
SNCF	Fermé depuis 2023	52 à 57 ans
RATP	Fermé depuis 2023	52 à 57 ans
EDF-GDF (IEG)	Fermé depuis 2023	57 ans
Banque de France	Fermé depuis 2023	Variable
Clercs de notaire	Fermé depuis 2023	Variable

### CE QUE ÇA CHANGE POUR VOUS

Si vous êtes déjà dans un régime spécial, vos droits sont protégés. Si vous envisagez d'entrer dans ces professions, vous relèverez du régime général. Le « bonus retraite » a disparu pour les nouvelles générations.

# La retraite des fonctionnaires : *spécificités.*

Fonctionnaires d'État, territoriaux, hospitaliers : le calcul est différent de celui du privé – et en apparence plus favorable.

## Le calcul : le traitement indiciaire, pas le salaire

La pension est calculée sur le **traitement indiciaire brut des 6 derniers mois** (hors primes), et non sur les 25 meilleures années. Avantage : le dernier traitement sert de référence. Mais **les primes sont exclues du calcul**. Or elles représentent 20 à 40 % de la rémunération totale dans certaines fonctions publiques.

La RAFP (Retraite Additionnelle de la Fonction Publique) permet d'accumuler des points sur les primes, dans la limite de 20 % du traitement. Mais son rendement est modeste : 200 à 500 € par an pour une carrière complète.

## Exemple chiffré

PARAMÈTRE	PROFESSEUR CATÉGORIE A
Traitement indiciaire brut (6 derniers mois)	3 200 €
Primes (hors calcul)	500 €
Rémunération réelle	3 700 €
Taux (carrière complète)	75 %
Pension brute	$3\,200 \times 75\% = 2\,400 \text{ €}$
Taux de remplacement réel	$2\,400 / 3\,700 = 64,9\%$

### LA DÉCOTE DANS LA FONCTION PUBLIQUE

1,25 % par trimestre manquant. Le taux de 75 % peut descendre jusqu'à 56,25 %. L'âge d'annulation de la décote est également 67 ans.

# La retraite des indépendants : *ce qu'il faut savoir.*

Les TNS – commerçants, artisans, professions libérales non réglementées – relèvent depuis 2018 de la Sécurité sociale des indépendants, intégrée au régime général.

## La retraite de base des TNS

Règles alignées sur le régime général : SAM sur 25 meilleures années, taux plein 50 %, 172 trimestres requis, décote 1,25 %. La différence majeure : **l'assiette de cotisation**. Un TNS cotise sur son revenu professionnel (bénéfice), pas sur un salaire brut. Le taux de cotisation retraite de base est de 17,75 % dans la limite de 1 PASS.

## La retraite complémentaire des TNS

La RCI (Retraite Complémentaire des Indépendants) est obligatoire et fonctionne par points. Taux : 7 % jusqu'à 42 410 €, 8 % au-delà.

SCÉNARIO	ARTISAN (30 000 €)	COMMERÇANT (50 000 €)
Retraite de base	~625 €/mois	~912 €/mois
Retraite complémentaire RCI	~150 €/mois	~300 €/mois
Total pension	~775 €/mois	~1 212 €/mois

### LE PIÈGE DU TNS

Beaucoup d'indépendants minimisent leur revenu déclaré pour réduire cotisations et impôt. Stratégie sensée à court terme – mais qui détruit leur future retraite. Un artisan qui se verse 20 000 € par an pendant 30 ans aura une pension misérable.

# La retraite des professions libérales : *caisses spécifiques.*

Médecins, avocats, architectes, experts-comptables, notaires, pharmaciens, dentistes : ils ne relèvent pas du régime général. Ils dépendent de caisses autonomes, chacune avec ses règles propres.

## Panorama des principales caisses

CAISSE	PROFESSION
CIPAV	Architectes, consultants, ingénieurs-conseils, professions libérales diverses
CARMF	Médecins (base + complémentaire + ASV)
CARCDSF	Chirurgiens-dentistes et sages-femmes
CNBF	Avocats (système par trimestres, proche du régime général)
CAVP	Pharmaciens
CARPV	Vétérinaires
CRN	Notaires
CAVEC	Experts-comptables et commissaires aux comptes

## Le cas du médecin libéral

Un médecin conventionné secteur 1 cotise à la CARMF sur trois étages : régime de base, régime complémentaire, ASV. Pour 80 000 € de revenu annuel, cotisations retraite : 18 000 à 22 000 € par an. Pension estimée après carrière complète : 2 500 à 3 500 € par mois – taux de remplacement d'environ 40 à 55 %.

### LA RÈGLE SPÉCIFIQUE AUX LIBÉRAUX

Contrairement aux salariés, pas d'employeur qui abonde les cotisations. Chaque euro de retraite est autofinancé. C'est pourquoi le PER et l'assurance-vie sont des compléments essentiels.

# IV

QUATRIÈME PARTIE

## Stratégies *de transition*

---

*La retraite n'est plus un couperet binaire. Cumul emploi-retraite, retraite progressive, rachat de trimestres : trois chapitres pour maîtriser les leviers qui permettent d'ajuster la transition et d'en optimiser l'impact financier.*

# Le cumul emploi-retraite : *les règles en 2026.*

Le cumul emploi-retraite permet de percevoir sa pension tout en continuant à travailler. Les règles ont été assouplies par la réforme de 2023, mais elles restent techniques.

## Le cumul intégral

Vous pouvez cumuler intégralement pension et revenu d'activité si vous remplissez **toutes** ces conditions :

- Avoir atteint l'âge légal (64 ans pour les générations 1968+)
- Avoir liquidé l'ensemble de vos retraites
- Avoir le taux plein (par durée ou par âge)

Dans ce cas, **aucun plafond** de revenu. Vous pouvez gagner 200 000 € par an en activité tout en touchant votre pension intégrale.

## Le cumul plafonné

Sans les conditions du cumul intégral, vos revenus d'activité + pension ne doivent pas dépasser 160 % du SMIC (environ 30 000 € annuels) ou votre dernier salaire. Le dépassement réduit la pension.

### LE PIÈGE DU CUMUL

Les cotisations versées sur votre nouvelle activité **ne génèrent plus de nouveaux droits**. Vous cotisez « à fonds perdus » – sauf exception très restrictive depuis la réforme 2023. Ne comptez pas sur une seconde pension.

## La retraite progressive : *travailler moins avant l'âge légal.*

Réduire son temps de travail à partir de 60 ans tout en percevant une fraction de sa pension. Un dispositif méconnu mais très intéressant pour amorcer une transition douce.

### Les conditions

- Avoir au moins **60 ans**
- Justifier d'au moins **150 trimestres**
- Exercer une activité à **temps partiel** entre 40 % et 80 % d'un temps plein
- Obtenir l'accord de l'employeur

### Le calcul

La fraction de pension versée est proportionnelle au temps non travaillé. Si vous passez à 60 %, vous percevez 40 % de votre pension + votre salaire à 60 %. Les cotisations versées continuent de générer des droits.

#### UN EXEMPLE CONCRET

Cadre de 62 ans, pension estimée à 2 400 €, passage à 60 %. Salaire : 3 600 € + pension partielle : 960 € = 4 560 € mensuels pour 3 jours par semaine. Et ses droits continuent de s'accumuler.

## Rachat de trimestres : *quand, combien, est-ce rentable.*

Le rachat permet de « racheter » des périodes incomplètes : années d'études supérieures ou années sans 4 trimestres. Objectif : atteindre plus vite la durée requise et éviter la décote.

### Combien coûte un trimestre ?

Le coût dépend du revenu, de l'âge au rachat et de l'option (taux seul ou taux + durée).

REVENU ANNUEL	À 40 ANS	À 55 ANS	À 60 ANS
30 000 €	~3 200 €	~4 500 €	~5 500 €
50 000 €	~5 300 €	~7 500 €	~9 200 €
80 000 €	~8 500 €	~12 000 €	~14 700 €

## Est-ce rentable ? Exemple chiffré

Cadre de 55 ans, SAM 45 000 €, rachat de 4 trimestres d'études (option taux + durée). Coût : 24 000 €.

**Sans rachat** : départ à 64 ans, 168 trimestres, décote 5 %, pension = 1 648 €/mois.

**Avec rachat** : départ à 64 ans, 172 trimestres, taux plein, pension = 1 875 €/mois.

**Différence** : 227 €/mois = 54 480 € sur 20 ans. Coût net après économie d'impôt (TMI 41 %) : 14 160 €. **Rentabilité nette** : 40 320 €.

### QUAND LE RACHAT EST-IL PERTINENT ?

Si TMI élevée (41-45 %), si vous êtes proche des 172 trimestres (il manque 4 à 12), et si vous avez des années d'études longues. Racheter à 60 ans est rarement rentable – le coût explose avec l'âge.

## Les deux options : taux seul vs taux + durée

**Option 1 – Taux seul.** Le trimestre réduit la décote mais ne compte pas dans la proratisation. Moins cher, moins efficace.

**Option 2 – Taux + durée.** Le trimestre corrige le taux ET la proratisation. Plus cher, mais seule option complète. Indispensable si vous êtes loin des 172 trimestres.

Différence de coût : 30 à 50 %. Pour un trimestre à 40 ans (revenu 50 000 €) : 3 800 € en taux seul, 5 300 € en taux + durée. **Faites une demande de rachat avant d'en avoir besoin** : la procédure prend 4 à 6 mois.

# V

CINQUIÈME PARTIE

## L'épargne *retraite*

---

*Les régimes obligatoires ne suffiront pas à maintenir votre niveau de vie. PER, assurance-vie et immobilier sont les trois piliers complémentaires qui combleront l'écart. Trois chapitres pour choisir, calibrer et articuler ces outils.*

# Le PER : *complément indispensable.*

Le Plan d'Épargne Retraite, créé par la loi PACTE de 2019, est le produit d'épargne retraite de référence. Trois formes : PER individuel (PERIN), PER d'entreprise collectif (PERECO) et PER d'entreprise obligatoire (PERO).

## Le mécanisme fiscal

Les versements volontaires sont **déductibles du revenu imposable**, dans la limite du plus élevé de :

- 10 % du PASS (4 806 € en 2026)
- 10 % des revenus professionnels, plafonné à 8 PASS (max 38 448 €)

## Exemple chiffré

Cadre avec 70 000 € de revenus. Plafond PER : 7 000 €. Il verse 7 000 €. TMI 41 % : économie d'impôt = 2 870 €. Coût net de l'épargne : 4 130 €.

SORTIE	FISCALITÉ DES VERSEMENTS	FISCALITÉ DES PLUS-VALUES
En capital	Barème IR	PFU 31,4 % (ou barème IR)
En rente viagère	IR après abattement 10 %	Fraction imposable selon l'âge
En rente à titre onéreux	Fraction imposable : 40 % (60-69 ans), 30 % (70+)	—

### PER OU ASSURANCE-VIE ?

Le PER est imbattable en capitalisation : avec TMI 41 %, 10 000 € versés ne coûtent que 5 900 €. Mais l'argent est bloqué jusqu'à la retraite (sauf déblocage anticipé). L'assurance-vie offre une liquidité totale sans avantage fiscal à l'entrée. Les deux sont complémentaires.

## L'assurance-vie pour la retraite : *rente ou capital.*

L'assurance-vie reste le placement préféré des Français pour préparer leur retraite. Elle combine disponibilité, fiscalité attractive après 8 ans, et polyvalence.

### Capital ou rente : comment choisir

**La sortie en capital.** Vous récupérez votre épargne quand vous voulez. Après 8 ans : abattement annuel de 4 600 € (9 200 € pour un couple) sur les plus-values, puis PFU à 31,4 %.

**La sortie en rente viagère.** Votre capital est transformé en revenu garanti à vie. À 65 ans, environ 40 % de la rente est imposable ; à 70 ans, 30 %. L'avantage est la sécurité. L'inconvénient est l'irréversibilité : une fois la rente choisie, le capital est définitivement cédé à l'assureur.

### Un calcul d'arbitrage

65 ans, 200 000 € en assurance-vie. Option A : sortie en capital. Option B : rente viagère de 10 500 € par an. Si vous vivez jusqu'à 85 ans, vous aurez perçu 210 000 € en rente. Si vous vivez jusqu'à 95 ans, 315 000 €. La rente est gagnante si votre espérance de vie est supérieure à la moyenne.

#### LA RÈGLE DE RÉPARTITION

Capital < 150 000 € : privilégiez le capital. Capital > 300 000 € : sortie mixte (50 % capital, 50 % rente). Vous conservez une réserve disponible tout en sécurisant un revenu à vie.

## L'immobilier pour la retraite : *SCPI, locatif, viager.*

L'immobilier est le troisième pilier de la retraite. Bien utilisé, il fournit un complément de revenu stable, indexé sur l'inflation, et transmissible.

### Le locatif : un revenu mensuel à vie

Un bien acheté à 45 ans avec un crédit sur 20 ans est libre de toute charge à 65 ans. Les loyers nets – mettons 800 € par mois – viennent s'ajouter à votre pension, sans impôt supplémentaire si le bien est en LMNP au réel.

---

## Les SCPI : la pierre-papier sans gestion

Rendement brut en 2026 : 4,5 à 6 %. Pour 100 000 € investis, comptez 380 à 500 € de revenu mensuel net. Moins que le locatif direct bien géré, mais avec zéro contrainte.

---

## Le viager : une alternative méconnue

L'achat en viager occupé : décote immédiate (bouquet) + rente au vendeur jusqu'à son décès. Pour l'acheteur, investissement à long terme. Pour le vendeur (crédirentier), transformation du patrimoine immobilier en revenu viager garanti.

### LA STRATÉGIE DES TROIS PILIERS

1) Régimes obligatoires (socle). 2) Épargne financière (PER + assurance-vie + PEA – disponibilité). 3) Immobilier (locatif + SCPI – revenu indexé). Si l'un des trois faiblit, les deux autres compensent.

# VI

POUR ALLER PLUS LOIN

## Estimer, épargner, *agir*

---

*Six chapitres pour passer de la théorie à la pratique : estimer sa future pension pas à pas, calibrer l'effort d'épargne nécessaire, éviter les erreurs classiques, répondre aux questions fréquentes, maîtriser le lexique – et conclure par un plan d'action concret.*

# Estimer sa future pension : *méthode pas à pas.*

Voici la méthode employée avec les clients pour estimer leur future pension. Prenez votre relevé de carrière, un tableur, et suivez ces neuf étapes.

## Étape 1 : calculez votre SAM prévisionnel

Listez vos 25 meilleures années de salaire brut. Si vous n'avez pas encore 25 années, complétez avec une estimation réaliste de vos revenus futurs. Additionnez et divisez par 25.

## Étape 2 : comptez vos trimestres

Total des trimestres validés + les trimestres que vous validerez d'ici votre départ. Un temps plein valide 4 trimestres par an.

## Étape 3 : identifiez votre durée requise

Reportez-vous au tableau du chapitre 6. Pour les générations 1965+ : 172 trimestres.

## Étape 4 : déterminez votre taux

172 trimestres à 64 ans : taux plein 50 %. Trimestres manquants : décote de 1,25 % par trimestre. Trimestres supplémentaires : surcote de 1,25 % par trimestre.

## Étape 5 : calculez votre retraite de base

Pension de base = SAM × Taux × (Trimestres validés ÷ Trimestres requis)

## Étape 6 : ajoutez la retraite complémentaire

AGIRC-ARRCO : nombre de points × 1,4386 €. Autre caisse : reportez-vous à la valeur du point de votre caisse.

## Étape 7 : ajoutez vos dispositifs d'épargne

Capital PER et assurance-vie ÷ nombre d'années de retraite ÷ 12. Exemple : 150 000 € sur 25 ans = 500 € par mois.

## Étape 8 : ajoutez vos revenus immobiliers

Loyer net après charges, impôts et prélèvements sociaux.

## Étape 9 : comparez le total à vos besoins

Votre besoin mensuel à la retraite est généralement de 70 à 80 % de votre revenu net d'activité. Si le total est inférieur, il faut agir : épargner plus, investir, racheter des trimestres, ou décaler votre départ.

### UN CONSEIL DE TERRAIN

Ne sous-estimez pas vos besoins à la retraite. Le budget « logement » baisse souvent (crédit remboursé), mais le budget « santé » augmente et le budget « loisirs » explose. Beaucoup de retraités dépensent autant qu'en activité les dix premières années.

## CHAPITRE 18

# Combien épargner chaque mois *pour maintenir son niveau de vie.*

C'est la question que tous les clients finissent par poser. Voici la réponse – avec des vrais chiffres.

## Le taux de remplacement cible

Pour un salarié du privé avec une carrière complète au plafond de la Sécurité sociale, le taux de remplacement des régimes obligatoires est d'environ 50 à 60 %. Pour un cadre supérieur à 120 000 €, le taux tombe à 35-40 % – au-delà du PASS (48 060 €), les cotisations ne génèrent quasiment pas de droits supplémentaires.

## Exemple : cadre supérieur, 8 000 € net/mois

COMPOSANTE	MONTANT MENSUEL NET ESTIMÉ
Retraite de base (CNAV)	~1 500 €
Retraite complémentaire AGIRC-ARRCO	~2 200 €
Total régimes obligatoires	~3 700 €
Besoin pour 75 % du revenu	6 000 €
Écart à financer	2 300 € / mois

## Combien épargner pour combler 2 300 € par mois

Capital nécessaire : environ 550 000 € (retrait progressif, rendement 2,5 % net). Pour accumuler 550 000 € à 65 ans en commençant à 40 ans (25 ans, rendement 3,5 % net) : **~1 100 € par mois**.

ÂGE DE DÉBUT	CAPITAL CIBLE	ÉPARGNE/MOIS (3,5 %)	ÉPARGNE/MOIS (5 %)
30 ans (35 ans d'épargne)	550 000 €	~700 €	~490 €
35 ans (30 ans)	550 000 €	~880 €	~645 €
40 ans (25 ans)	550 000 €	~1 100 €	~850 €
45 ans (20 ans)	550 000 €	~1 550 €	~1 220 €
50 ans (15 ans)	550 000 €	~2 250 €	~1 850 €

### LA LEÇON DE CE TABLEAU

Chaque décennie de retard double presque l'effort d'épargne nécessaire. Commencer à 30 ans : 700 €/mois. Commencer à 50 ans : 2 250 €/mois. La première règle de la retraite n'est pas « gagner plus » – c'est « commencer plus tôt ».

## CHAPITRE 19

# Les erreurs fréquentes *chez les futurs retraités.*

En vingt ans de pratique, les mêmes erreurs se répètent. En voici les douze plus coûteuses – et trois cas réels rencontrés cette année.

- 1. Ne jamais ouvrir son relevé de carrière avant 55 ans.** À 60 ans, il est souvent trop tard pour reconstituer des trimestres manquants.
- 2. Confondre âge légal et âge du taux plein.** L'âge légal est le ticket d'entrée, pas le billet gagnant.
- 3. Minimiser ses revenus quand on est indépendant.** Un euro non cotisé à 40 ans manquera à 70 ans.
- 4. Penser que sa résidence principale finance sa retraite.** La résidence principale est un toit, pas un plan retraite.
- 5. Sous-estimer l'inflation.** 2 000 € aujourd'hui = 1 350 € dans 20 ans avec 2 % d'inflation.
- 6. Ne pas provisionner les prélèvements sociaux.** CSG, CRDS, CASA : 9 à 10 % de votre pension brute.
- 7. Ignorer la fiscalité des placements à la sortie.** PER déductible à l'entrée, imposable à la sortie. AV disponible mais fiscalisée. PEA exonéré après 5 ans mais plafonné.

8. **Oublier la protection du conjoint survivant.** La pension de réversion n'est que de 54 % (régime général) ou 60 % (AGIRC-ARRCO).
9. **Penser que le PER suffit.** Il est bloqué jusqu'à la retraite. L'assurance-vie reste indispensable comme épargne disponible.
10. **Ne pas vérifier que tous les régimes sont informés.** Une caisse oubliée = une pension non versée.
11. **Sous-estimer l'espérance de vie.** Une femme de 65 ans a 23,6 ans d'espérance de vie. Ne prévoyez pas sur 15 ans.
12. **Liquider sa retraite sans simulation préalable.** Faites vérifier vos droits par un professionnel avant de signer.

---

## Trois cas réels rencontrés cette année

**Cas 1 – Le pharmacien qui sous-estimait sa CARPV.** 58 ans, pension estimée : 2 200 € pour un revenu de 8 000 €. Taux de remplacement : 27 %. Il a dû rattraper 15 ans d'absence d'épargne en 7 ans. Il verse aujourd'hui 2 500 € par mois sur son PER.

**Cas 2 – La cadre qui croyait que ses primes comptaient.** 61 ans, 5 500 € net dont 1 800 € de primes. Les primes ne génèrent aucun droit dans le régime de base. Pension estimée : 2 800 €. Écart : 2 700 €/mois. Solution : décaler le départ de 2 ans et liquider un PER de 120 000 € en fractionné. Écart réduit à 900 €.

**Cas 3 – Le couple qui avait tout misé sur l'immobilier.** Deux enseignants, trois appartements en location nue. Revenus nets : 1 800 €/mois. En basculant au régime réel avec déficit foncier, 4 200 € d'impôt économisés sur deux ans. Vente planifiée d'un bien après 22 ans de détention : 180 000 € de capital net exonéré d'IR.

---

## CHAPITRE 20

# FAQ – questions *de vrais actifs*.

🔗 **À quel âge dois-je commencer à m'occuper de ma retraite ?**

À 35 ans, pas à 55. À 35 ans, vous avez assez de carrière pour repérer les anomalies sur votre relevé et assez de temps pour corriger le tir. Chaque euro épargné à 35 ans a 30 ans pour fructifier. La règle simple : **ouvrez votre relevé de carrière le jour de votre anniversaire.** Tous les ans.

🔗 **Est-ce que ma retraite sera suffisante si j'ai toujours cotisé au plafond ?**

Si vous avez cotisé toute votre carrière au PASS (48 060 €), votre pension totale avoisinera 3 000 à 3 500 € nets/mois. Pour un cadre gagnant 10 000 €/mois, le taux de remplacement tombe à 35-40 %. Le PASS est le grand diviseur de la retraite des cadres.

### 🔗. Puis-je toucher ma retraite tout en continuant à travailler ?

Oui, c'est le cumul emploi-retraite (chapitre 11). Si vous remplissez les conditions du cumul intégral, vous pouvez cumuler sans plafond. Plusieurs clients utilisent le cumul comme stratégie de transition : liquidation à 65 ans, consulting à mi-temps pendant 3 à 5 ans, et placement du revenu sur PER ou assurance-vie.

### 🔗. Mon relevé de carrière comporte des erreurs. Que faire ?

Contactez immédiatement votre caisse via votre espace en ligne. Fournissez les preuves (bulletins de salaire, contrats, attestations). Si pas de réponse, courrier recommandé. Si le problème persiste, saisissez le médiateur. **Le relevé informatisé n'est pas infallible.**

### 🔗. PER ou assurance-vie pour préparer ma retraite ?

Les deux. Le PER pour sa déductibilité fiscale à l'entrée (imbattable si  $TMI \geq 30\%$ ). L'assurance-vie pour sa disponibilité permanente. Idéal : PER jusqu'au plafond de déduction, surplus en assurance-vie. Exemple : cadre 75 000 €, TMI 41 %. 7 500 € sur PER (économie : 3 075 €) + 3 000 € sur AV. Rendement effort d'épargne immédiat : 41 %.

### 🔗. Que devient ma retraite si je divorce ?

Vous conservez vos trimestres et vos points. Mais la séparation des biens peut réduire votre patrimoine, et la pension de réversion est remise en cause. Un divorce à 55 ans doit déclencher une révision complète de votre stratégie retraite.

### 🔗. Comment fonctionne la pension de réversion ?

Régime général : 54 % de la pension du défunt, sous condition de ressources (plafond 24 232 €/an en 2026). AGIRC-ARRCO : 60 %, sans condition de ressources. La réversion s'ajoute à votre propre retraite. Exemple : votre retraite 1 500 € + réversion ( $2\,000 \times 54\%$ ) = 2 580 €.

### 🔗. Est-ce que les années d'études comptent pour la retraite ?

Non, elles ne valident pas automatiquement de trimestres. Mais vous pouvez les **racheter** (chapitre 13), dans la limite de 12 trimestres. Pour un cadre de 40 ans (revenu 50 000 €) : 4 500 à 5 500 € par trimestre, déductible du revenu imposable.

### 🔗. Puis-je prendre ma retraite de base et ma complémentaire à des dates différentes ?

Non. Depuis 2014, vous devez liquider l'ensemble de vos retraites en même temps. Le départ est un bloc unique avec un seul formulaire de demande.

### 🔗. Quel sera l'impact de mes périodes de chômage sur ma retraite ?

Le chômage **indemnisé** valide des trimestres (1 par 50 jours). Mais ces trimestres ne reportent pas de salaire dans le SAM – ils sont « gratuits » mais ne font pas monter la moyenne. Le chômage protège vos trimestres mais pas votre salaire de référence.

---

## Questions complémentaires

### 🔗 Est-ce que je peux améliorer ma retraite après 55 ans ?

Oui, avec moins de leviers qu'à 45 ans. Rachat de trimestres (coût plus élevé), maximisation du PER, immobilier locatif avec crédit court (15 ans), et surtout **décaler votre départ** d'un ou deux ans pour la surcote. 65 ans au lieu de 63 peut augmenter votre pension de 15 à 25 %.

### 🔗 Faut-il opter pour la retraite en capital ou en rente pour le PER ?

Capital si vous avez déjà des revenus récurrents et souhaitez garder la maîtrise. Rente si vos revenus obligatoires sont faibles. Sortie mixte (fraction capital, fraction rente) = meilleur compromis pour la plupart des profils.

### 🔗 Qu'est-ce que le minimum contributif (MICO) ?

Le MICO garantit une pension minimale aux assurés ayant cotisé sur de faibles salaires. En 2026 : 748,93 €/mois (de base), 877,62 €/mois (majoré, ≥ 120 trimestres cotisés). Pension totale plafonnée à 1 352,96 €/mois. Ne s'applique qu'au taux plein.

### 🔗 Comment savoir si je suis concerné par le malus AGIRC-ARRCO ?

Le malus de 10 % s'applique si vous partez à l'âge du taux plein sans décaler d'au moins un an. 172 trimestres à 64 ans : départ à 64 = malus 10 % pendant 3 ans. Départ à 65 = pas de malus. À 67 ans : malus automatiquement annulé.

### 🔗 Mon entreprise propose un PERECO. Dois-je y souscrire ?

Oui, dans presque tous les cas : abondement employeur, frais réduits, portabilité. Seule réserve : vérifiez la qualité de la gestion pilotée. Si trop défensive, complétez avec un PER individuel plus dynamique.

### 🔗 Je suis au chômage à 58 ans. Puis-je encore améliorer ma retraite ?

Urgence n°1 : préserver vos trimestres via le chômage indemnisé. Urgence n°2 : ne pas laisser votre SAM se dégrader — exercer une activité réduite. Urgence n°3 : ne pas liquider par défaut. Sans taux plein, rester inscrit jusqu'à 67 ans pour annuler la décote peut être préférable.

---

## CHAPITRE 21

# Lexique, sources *et avertissement.*

---

## Lexique de la retraite

TERME	DÉFINITION
Âge légal	Âge minimum pour demander sa retraite. 64 ans pour les générations 1968+.
Âge du taux plein	Âge d'annulation automatique de la décote : 67 ans.
AGIRC-ARRCO	Régime complémentaire par points de tous les salariés du privé.
ASV	Avantage Social Vieillesse. Complémentaire des médecins conventionnés (CARMF).
CASA	Contribution Additionnelle de Solidarité pour l'Autonomie. 0,3 % sur les pensions.
CIPAV	Caisse de retraite des professions libérales non réglementées.
CNAV	Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse. Régime de base des salariés du privé.
CNRACL	Caisse des fonctionnaires territoriaux et hospitaliers.
CRDS	Contribution pour le Remboursement de la Dette Sociale. 0,5 % sur les pensions.
CSG	Contribution Sociale Généralisée sur les pensions : 8,3 %, 6,6 % ou 3,8 % selon le RFR.
Cumul emploi-retraite	Percevoir sa pension tout en exerçant une activité rémunérée.
Décote	Réduction définitive de la pension : 1,25 % par trimestre manquant.
Durée d'assurance requise	172 trimestres (43 ans) pour les générations 1965+.
Liquidation	Acte administratif de demande officielle de versement de la retraite.
Malus AGIRC-ARRCO	Minoration temporaire de 10 % pendant 3 ans si départ sans décalage d'un an.
MICO	Minimum contributif. 748,93 €/mois (base) ou 877,62 €/mois (majoré) en 2026.
PASS	Plafond Annuel de la Sécurité Sociale : 48 060 € en 2026.
Pension de réversion	Part de la retraite du défunt versée au conjoint survivant. 54 % (général), 60 % (AGIRC-ARRCO).
PER	Plan d'Épargne Retraite. Déductible à l'entrée, bloqué jusqu'à la retraite.
PFU	Prélèvement Forfaitaire Unique / Flat Tax : 31,4 % en 2026.
Point AGIRC-ARRCO	Unité de compte du régime complémentaire. Valeur 2026 : 1,4386 €.

TERME	DÉFINITION
<b>Polypensionné</b>	Personne ayant cotisé à plusieurs régimes au cours de sa carrière.
<b>Rachat de trimestres</b>	Possibilité de racheter des périodes incomplètes. Plafonné à 12 trimestres.
<b>RAFP</b>	Retraite Additionnelle de la Fonction Publique. Points sur les primes des fonctionnaires.
<b>Retraite progressive</b>	Réduction du temps de travail à partir de 60 ans avec fraction de pension.
<b>SAM</b>	Salaire Annuel Moyen. Moyenne des 25 meilleures années. Base de calcul de la retraite.
<b>SRE</b>	Service des Retraites de l'État. Gère les retraites des fonctionnaires d'État.
<b>Surcote</b>	Majoration de pension pour chaque trimestre au-delà de l'âge du taux plein. 1,25 %.
<b>Taux de remplacement</b>	Rapport pension / dernier revenu d'activité.
<b>Taux plein</b>	Taux maximal de la pension de base : 50 %. Atteint avec la durée requise ou à 67 ans.
<b>TMI</b>	Taux Marginal d'Imposition. Clé de toute stratégie d'épargne retraite.
<b>TNS</b>	Travailleur Non Salarié : commerçants, artisans, professions libérales non réglementées.
<b>Trimestre</b>	Unité de mesure de la durée d'assurance. Validé avec 150 SMIC horaires par trimestre.

## Sources et références

Code de la Sécurité sociale (articles L. 351-1 et suivants) · Légifrance · Service-Public · Assurance Retraite (CNAV) · AGIRC-ARRCO · CIPAV · CARMF · BOFiP-Impôts · info-retraite.fr · agirc-arrco.fr · assurance-retraite.fr · service-public.fr · impots.gouv.fr.

## ORIAS et statut

RJ Patrimoine est immatriculé au Registre Unique des Intermédiaires en Assurance, Banque et Finance sous le n° 25004202, en qualité de Courtier en Assurances et Mandataire d'Intermédiaire en Opérations de Banque et Services de Paiement. Cette immatriculation, vérifiable sur orias.fr, garantit le respect des obligations réglementaires en matière de conseil.

## Avertissement

Ce guide a été rédigé avec le plus grand soin et les données vérifiées aux sources officielles. Il ne constitue en aucun cas un conseil personnalisé en investissement ou en stratégie patrimoniale. Chaque situation est unique et mérite une analyse individuelle par un professionnel qualifié. Les paramètres de retraite cités sont en vigueur au 17 mai 2026. Ces

paramètres peuvent évoluer à la suite de réformes ou de revalorisations annuelles. Les calculs présentés sont des simulations sous hypothèses constantes ; les performances passées ne préjugent pas des performances futures.

Document mis à jour le 17 mai 2026 · Reproduction interdite sans autorisation

## CHAPITRE 22

# Conclusion — Votre retraite *est une équation que vous pouvez résoudre.*

*Ce guide a été rédigé pour une raison simple : la retraite est le projet financier le plus long et le plus important de votre vie, et pourtant c'est celui que la plupart des gens abordent avec le moins de préparation.*

On passe plus de temps à choisir une voiture qu'à vérifier son relevé de carrière. On compare trois devis pour une cuisine mais on signe sa liquidation de retraite sans simulation. La retraite n'est pas une caisse noire. C'est une équation avec des variables que vous pouvez — et devez — connaître.

## Votre plan d'action en 5 points

- 1. Aujourd'hui** : connectez-vous à votre espace personnel sur assurance-retraite.fr et sur votre espace AGIRC-ARRCO. Téléchargez vos relevés. Vérifiez chaque ligne.
- 2. Cette semaine** : calculez votre SAM estimé, comptez vos trimestres, identifiez votre année de départ probable. Faites tourner la formule du chapitre 4.
- 3. Ce trimestre** : identifiez l'écart entre votre pension estimée et vos besoins (70-80 % de votre revenu). Calculez le capital nécessaire (chapitre 18).
- 4. Cette année** : mettez en place votre stratégie d'épargne retraite. Ouvrez un PER si ce n'est pas fait. Même 200 € par mois changent la donne sur 25 ans.
- 5. Tous les 5 ans** : refaites le point. Votre situation évolue, la loi évolue, les paramètres évoluent. Une stratégie à 40 ans doit être révisée à 45, 50, 55, 60 ans.

### LE MOT DE LA FIN

« La retraite est un marathon dont on ne connaît pas la distance exacte — mais dont on sait qu'il faut un bon entraînement. Chaque euro épargné à 35 ans a trente ans pour travailler. Chaque euro non épargné à 55 ans a dix ans pour manquer. Le temps est votre meilleur allié ou votre pire ennemi. C'est vous qui choisissez. »

## Ce que la réforme de 2023 change — et ce qu'elle ne change pas

- **L'âge légal passe progressivement à 64 ans.** Pour les générations 1968+, deux ans de retraite perdus.
- **172 trimestres requis.** Atteignable pour ceux qui ont commencé avant 21 ans. Presque impossible sans travailler au-delà de 67 ans pour les bac+5.
- **Fermeture des régimes spéciaux** pour les nouveaux entrants. Une carrière à la SNCF ou à la RATP n'offre plus le même avantage retraite.
- **Les fondamentaux ne changent pas.** La formule  $SAM \times Taux \times (Durée/172)$  reste le socle. Savoir lire un relevé, comprendre décote et surcote, anticiper le taux de remplacement : ces compétences étaient essentielles hier, elles le sont aujourd'hui, elles le seront demain.

## Mes convictions après vingt ans de pratique

**La retraite par répartition est un socle solide — mais rien de plus.** Pour quiconque gagne plus de 50 000 € par an, la retraite obligatoire ne suffira pas. C'est sa conception : une base universelle. Le reste, c'est votre responsabilité.

**La fiscalité est votre levier le plus puissant.** PER, assurance-vie, LMNP, déficit foncier : ces dispositifs légaux font la différence entre une retraite acceptable et confortable. Un médecin à 45 % de TMI qui n'utilise pas son PER perd 4 500 € d'économie d'impôt par an.

**La diversification des sources de revenu est votre meilleure protection.** Ne dépendez pas d'une seule caisse, d'un seul produit, d'un seul bien. La retraite idéale combine 4 à 5 sources : pension de base, complémentaire, PER, assurance-vie, SCPI, locatif, PEA.

**La réforme des retraites est une constante.** En vingt ans, cinq réformes majeures. Ceux qui avaient construit leur propre épargne les ont traversées sans angoisse. Ceux qui comptaient uniquement sur les régimes obligatoires ont vécu chaque réforme comme une menace. Ne soyez pas dans le second groupe.

## Ce que j'aurais aimé dire à tous les clients de plus de 60 ans

Il n'est jamais totalement trop tard. Si vous avez 60, 62 ou 65 ans sans épargne retraite, les leviers existent encore : décaler le départ (surcote), liquider progressivement une assurance-vie, vendre un bien pour investir en SCPI, réduire vos charges fixes. Un couple de 70 ans avec une maison de 400 000 € peut, via un viager occupé avec bouquet, libérer 100 000 à 150 000 € de capital tout en restant dans son logement. Parlez-en à votre notaire et à votre CGP.

### LA PROCHAINE ÉTAPE

Le premier rendez-vous est sans engagement. C'est un audit de votre situation retraite, pas une vente. Venez avec vos relevés de carrière, vos avis d'imposition, et vos questions — y compris celles qui vous font peur. C'est exactement pour ça que le cabinet est à votre disposition.

**Constantes 2026 utilisées dans ce guide.** PASS 48 060 € · Âge légal 64 ans (générations 1968+) · Durée d'assurance 172 trimestres (43 ans) · Décote/surcote 1,25 % par trimestre · PFU 31,4 % · Valeur point AGIRC-ARRCO 1,4386 € · Prix d'achat point 20,1877 € · MICO 748,93 €/mois (877,62 € majoré). Sources : Légifrance, Service-Public, Assurance Retraite, AGIRC-ARRCO.

# Vous avez lu ce guide. *Et maintenant ?*

Ce guide vous a transmis les règles, les seuils et les stratégies de la retraite. Mais une stratégie patrimoniale ne se construit pas sur des règles générales : elle se construit sur *votre* situation. Votre âge, votre TMI, votre composition familiale, votre relevé de carrière, vos objectifs.

Le premier rendez-vous permet d'analyser votre relevé de carrière, d'estimer votre future pension, de calculer l'écart avec votre niveau de vie, et de simuler des scénarios (rachat de trimestres, PER, investissement locatif). À l'issue, vous repartez avec une feuille de route documentée, qu'elle débouche ou non sur une collaboration. C'est sans engagement, en visioconférence ou au cabinet.

Mon approche est simple : comprendre votre situation avant de proposer quoi que ce soit, ne recommander que ce qui sert vos objectifs, et documenter chaque décision. Pas de produit « maison », pas de pression commerciale, pas d'engagement caché. Un cabinet indépendant doit ses choix à ses clients, pas à ses partenaires.

---

## Joël Randrianarison

Conseiller en gestion de patrimoine  
Fondateur de RJ Patrimoine  
ORIAS n° 25004202

## Pour échanger

Visioconférence ou cabinet  
30 min · sans engagement  
Réponse sous 24 h ouvrées

# Prenez la main sur *votre retraite*.

Un bilan retraite structuré, en 30 minutes, pour estimer votre future pension et identifier les leviers d'optimisation.

PRENDRE RENDEZ-VOUS

**Premier échange offert, sans engagement.**

[cal.com/joel-randrianarison-rjpatrimoine](https://cal.com/joel-randrianarison-rjpatrimoine)

30 min · visio ou cabinet · réponse sous 24 h ouvrées

**RJ Patrimoine**

CONSEIL INDÉPENDANT

ORIAS n° 25004202  
rj-patrimoine.fr