

Carrière en France et à l'étranger



● Règlements
communautaires

● Accords de
sécurité sociale

● Démarches

Carrière en France et à l'étranger

Les règlements communautaires coordonnent les régimes de sécurité sociale et prévoient notamment la totalisation des périodes pour l'ouverture, le maintien et le calcul des droits à la retraite :

- dans les 27 pays de l'Union européenne ;
- dans l'Espace économique européen (Norvège, Islande, Liechtenstein) ;
- et en Suisse.

La France a également signé des accords internationaux de sécurité sociale avec 33 pays qui offrent la garantie de préservation des droits à la retraite.

Nous vous expliquons dans ce guide vos droits selon votre statut à l'étranger, le calcul de votre retraite en appliquant les règlements communautaires ou les accords internationaux de sécurité sociale ainsi que les démarches à effectuer.

Pour plus d'informations, vous pouvez nous contacter au [39 60](tel:3960) ou consulter notre site www.lassuranceretraite.fr.

Sommaire

- [Votre carrière de salarié](#) / page 4
- [Règlements communautaires](#) / page 7
- [Accords internationaux de sécurité sociale](#) / page 14
- [Autres situations](#) / page 16
- [Les démarches](#) / page 17
- [Plus d'informations sur la retraite](#) / page 19
- [Annexes](#) / page 20

Pour recevoir **gratuitement** et régulièrement les informations sur notre actualité et nos services, abonnez-vous à la newsletter « Infos Retraite ».
Pour cela, complétez le formulaire en ligne sur notre site www.carsat-pl.fr.

● Votre carrière de salarié

Vous exercez une activité salariée à l'étranger, vous pouvez être détaché ou expatrié. Selon votre situation, vos droits à retraite au régime général de la Sécurité sociale sont différents. Au moment de votre premier emploi en France ou de votre adhésion à l'assurance volontaire pour la retraite, un compte individuel a été ouvert à votre nom. Toutes ces informations sont disponibles sous la forme d'un « relevé de carrière » qui retrace l'historique de votre parcours professionnel.

Détaché ou expatrié ?

Le détachement

Vous êtes détaché à l'étranger pour une durée limitée par votre entreprise. Votre employeur continue de cotiser au régime général de la Sécurité sociale française : votre relevé de carrière est alimenté chaque année et vos trimestres sont validés selon les cotisations versées.

BON à SAVOIR

La durée maximale du détachement varie selon les pays et les accords de sécurité sociale appliqués.

L'expatriation

Lorsque vous êtes salarié expatrié, vous n'êtes plus affilié au régime général de la Sécurité sociale française. Vous relevez du régime local de sécurité sociale. Vous pouvez adhérer, sous certaines conditions, à l'assurance volontaire par l'intermédiaire de la Caisse des Français de l'étranger (CFE). Vous pouvez également, sous certaines conditions, racheter des cotisations.

Le relevé de carrière

Il est l'élément essentiel pour calculer votre retraite du régime général de la Sécurité sociale française puisqu'il comporte entre autres :

- vos salaires annuels soumis à cotisations à la Sécurité sociale française éventuellement plafonnés ;

- les salaires déterminés à partir de vos cotisations rachetées, si vous avez effectué un rachat de cotisations avant le 1^{er} janvier 2011¹, ou de vos cotisations versées à titre volontaire à l'assurance vieillesse ;
- les trimestres qui résultent de ces salaires ;

BON à SAVOIR

Le nombre de trimestres validés ne correspond pas à la durée d'activité. Il est déterminé en fonction du montant du salaire annuel brut soumis à cotisations et ce, dans la limite de quatre trimestres par an. Par exemple, pour 2011 : 1 800 euros valident un trimestre, 3 600 euros valident deux trimestres, etc.

- les trimestres issus du versement pour la retraite ;
- vos périodes validées par d'autres régimes de retraite de base français (régime agricole, fonctionnaires, artisans, industriels et commerçants, professions libérales, SNCF, EDF, etc.).

À ces trimestres peuvent s'ajouter certaines périodes d'interruption d'activité en France (service militaire, chômage, maladie, invalidité, etc.) donnant lieu à la validation de trimestres assimilés.

Nouveauté réforme

Actuellement, les périodes de chômage non indemnisé peuvent donner lieu à la validation de périodes assimilées sous certaines conditions et dans certaines limites pour la première période de chômage non indemnisé.

Un décret devrait permettre aux jeunes sans emploi qui rencontrent des difficultés d'insertion professionnelle de bénéficier, sous certaines conditions, de la validation de six trimestres maximum au titre de la première période de chômage non indemnisé.

Sous conditions, vous pouvez obtenir des trimestres supplémentaires (par exemple majorations de durée d'assurance pour enfants ou, si vous avez dépassé l'âge d'obtention du **taux plein** au point de départ de votre retraite), ces derniers sont acquis au moment de la liquidation de votre retraite ; ils n'apparaissent donc pas sur le relevé de carrière.

Mots clés

- **L'âge d'obtention du taux plein** est l'âge à partir duquel la retraite est calculée au taux plein quelle que soit la durée d'assurance.
- La **liquidation** est le calcul des droits à la retraite au point de départ choisi par l'assuré. Elle est préalable à la mise en paiement de la retraite.

¹ Les rachats de cotisations effectués pour « affiliation tardive », pour activités hors de France, pour les détenus ayant exercé un travail pénal avant le 1^{er} janvier 1977, ne sont plus pris en compte dans le calcul du salaire annuel moyen. Cette mesure concerne les demandes de rachats déposées depuis le 1^{er} janvier 2011.

Pourquoi demander votre relevé de carrière ?

Il est important de vérifier que l'ensemble de votre carrière a bien été pris en compte. Vous pouvez visualiser et imprimer votre relevé de carrière à tout âge depuis notre site www.lassurance retraite.fr. **Ce service est gratuit.** Si vous souhaitez l'obtenir par courrier, complétez le coupon-réponse qui se trouve à la fin de ce guide et renvoyez-le de préférence à la caisse de retraite de la région où vous avez cotisé en dernier lieu si vous avez travaillé en France (voir pages 24-25) ou à la Cnav si vous n'avez cotisé qu'au titre de l'assurance volontaire vieillesse.

Lorsque vous recevrez votre relevé de carrière, si certaines années n'y figurent pas, vous nous ferez parvenir les pièces justificatives qui nous permettront, le cas échéant, de les valider.



**BON
à SAVOIR**

À partir de 54 ans, vous pouvez obtenir une estimation de votre retraite du régime général en nous écrivant. Il vous est également possible d'évaluer en ligne le montant de votre retraite.

IMPORTANT !

Une demande d'un relevé de carrière ne vaut pas demande de retraite.

Règlements communautaires

Si vous avez été affilié au régime général de la Sécurité sociale française et à un (ou plusieurs) régime(s) d'État(s) membre(s) de la zone des règlements communautaires¹, votre retraite est calculée en application des règlements communautaires¹.

Le principe

Un double calcul de la retraite¹ est effectué selon les règlements communautaires, il consiste à comparer :

- la retraite calculée selon la seule législation française, c'est-à-dire une « retraite nationale » ;
- et la part à notre charge de la « retraite communautaire » qui prend en compte toutes vos périodes accomplies dans les États membres de la **zone d'application des règlements communautaires**¹ (principe de totalisation des périodes d'emploi, d'activité non salariée, d'assurance, de résidence).

Nous vous attribuons le montant le plus élevé. Si les deux montants sont identiques, c'est celui de la « retraite communautaire » qui est attribué.



Calcul de la « retraite nationale »

Pour obtenir une retraite du régime général de la Sécurité sociale française, vous devez avoir au moins **l'âge légal de départ à la retraite**.

Le **salaires annuel moyen**, le **taux** et la **durée d'assurance** sont les trois éléments du calcul du montant annuel de la « retraite nationale ».

Mots clés

- La **zone d'application des règlements communautaires** regroupe les 27 pays de l'Union européenne, la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein et la Suisse.
- **L'âge légal de départ à la retraite** est l'âge minimum à partir duquel un assuré peut obtenir sa retraite. La réforme des retraites modifie de façon progressive cet âge, il passe ainsi de 60 à 62 ans selon l'année de naissance, voir page 20. Des départs avant cet âge sont toutefois possibles sous certaines conditions.

¹ Si vous avez été soumis à la fois à la législation d'un des 27 États de l'Union européenne, de la Suisse, de l'Islande, du Liechtenstein et/ou de la Norvège, renseignez-vous pour connaître les particularités liées à cette situation.

FORMULE de CALCUL

$$\text{Salaires annuels moyens} \times \text{Taux} \times \frac{\text{Durée d'assurance au régime général}}{\text{Durée d'assurance maximum}}$$

1
2
3

1 Le salaire annuel moyen (Sam)

C'est la moyenne des meilleurs salaires annuels de votre carrière soumis à cotisations et revalorisés par des coefficients fixés chaque année. Le nombre d'années civiles retenues pour le calcul du Sam¹ varie entre 10 et 25 ans selon votre année de naissance. Sont exclues du calcul du Sam : l'année civile du point de départ de la retraite, les années pour lesquelles le salaire est insuffisant pour valider un trimestre, les années qui comportent un versement pour la retraite, les années pour lesquelles vous avez effectué un rachat de cotisations², les années validées uniquement par des **périodes assimilées** ou par des **périodes validées par présomption**.

BON à SAVOIR

Si vous avez cotisé à plusieurs régimes de retraite français (régime général des salariés, régime des salariés agricoles, régime social des indépendants), le nombre d'années civiles retenues pour le calcul du Sam tient compte de la durée d'assurance dans chacun des régimes.

Nouveauté réforme

Actuellement, les assurées bénéficient d'une période assimilée au titre de leur accouchement mais aucune somme n'est reportée au compte.

Les indemnités journalières maternité seront assimilées à des salaires et pourront donc être prises en compte dans le calcul du salaire annuel moyen. Ce dispositif s'applique aux congés maternité qui débiteront à compter du 1^{er} janvier 2012.

Mots clés

- Une **période assimilée** est une période d'interruption de travail (maladie, maternité, chômage, accident du travail, service militaire, etc.) assimilée à une période d'assurance pour le calcul de la retraite.
- Une **période validée par présomption** est une période validée (périodes de travail, de maladie ou de chômage), sous certaines conditions, en l'absence de report à votre compte individuel ou d'indemnisation.

¹ Les salaires perçus depuis le 1^{er} janvier 2005, supérieurs au plafond de la Sécurité sociale, sont limités à ce plafond lors du calcul du Sam.

² Demandes de rachats de cotisations (rachats pour « affiliation tardive », pour activités hors de France, pour détenu ayant exercé un travail pénal avant le 1^{er} janvier 1977) déposées depuis le 1^{er} janvier 2011.

2 Le taux

Le taux est le pourcentage appliqué au Sam pour le calcul de votre retraite. Le taux plein est de 50 %.

Vous pouvez obtenir ce taux :

- si vous justifiez de la durée d'assurance fixée selon votre année de naissance, entre 160 et 166 trimestres tous régimes de retraite de base français confondus¹ (voir page 20) ;
- si vous êtes reconnu inapte au travail ou titulaire d'une pension d'invalidité ou, sous certaines conditions, si vous êtes ancien combattant ou ouvrière mère de trois enfants ;
- si vous remplissez les conditions d'attribution d'une retraite anticipée (longue carrière, assurés handicapés) ou d'une retraite pour pénibilité² ;
- à partir de l'âge minimum d'obtention du taux plein qui passe progressivement de 65 à 67 ans (voir page 20).

BON à SAVOIR

Certaines périodes peuvent être reconnues équivalentes à des périodes d'assurance et prises en compte dans la durée d'assurance pour fixer le taux. Ainsi vos périodes de salariat exercées à l'étranger avant le 1^{er} avril 1983 qui peuvent ou auraient pu donner lieu à rachat de cotisations seront reconnues équivalentes.

Si vous ne remplissez pas les conditions fixées ci-dessus, votre retraite est calculée avec un taux minoré. Mais attention, si vous prenez votre retraite à taux minoré, ce choix est définitif.



¹ Depuis le 1^{er} janvier 2010, les périodes d'affiliation à un régime de retraite obligatoire d'une institution européenne ou d'une organisation internationale à laquelle la France est partie peuvent, sous certaines conditions, être retenues.

² Retraites prenant effet au plus tôt à partir du 1^{er} juillet 2011.

Le taux plein à 65 ans : c'est toujours possible ?

Oui, certaines personnes peuvent toujours obtenir le taux plein à 65 ans et ce, même si elles ne remplissent pas la condition de durée d'assurance. Il s'agit :

- des personnes, nées entre le 1^{er} juillet 1951 et le 31 décembre 1955, qui ont eu ou élevé au moins trois enfants, ont réduit ou cessé leur activité pour élever un de ces enfants et ont validé un nombre de trimestres minimum avant cette interruption ;
- des assurés qui ont interrompu leur activité professionnelle en raison de leur qualité d'aidant familial ;
- des assurés qui ont validé au moins un trimestre au titre de la majoration pour enfant handicapé ;
- des assurés qui ont apporté une aide effective, en tant que salarié ou aidant familial pendant au moins 30 mois, à l'enfant bénéficiaire de la prestation de compensation du handicap ;
- des assurés handicapés.

3 La durée d'assurance

La durée d'assurance correspond à l'ensemble des trimestres que vous réunissez à notre régime. Pour le calcul de votre retraite, un nombre maximum de trimestres est fixé selon votre année de naissance, entre 150 et 166 trimestres (voir page 21). Si vous réunissez la durée d'assurance maximum à notre régime, votre retraite est entière, sinon elle est proportionnelle au nombre de trimestres. Des majorations de durée d'assurance peuvent être accordées sous certaines conditions.



Nous retenons quatre trimestres maximum par année civile.

Calcul de la « retraite communautaire »

Comme pour la « retraite nationale », trois éléments sont pris en compte.

1 Le salaire annuel moyen (Sam)

Le salaire annuel moyen est déterminé à partir des salaires cotisés à notre régime (voir page 8). Le nombre d'années retenues pour le calcul du Sam est réduit au prorata de la durée d'assurance du régime général par rapport à la durée totale des régimes français et des régimes des autres États de la zone d'application des règlements communautaires¹, sous réserve que ces derniers prennent en compte pour le calcul de la retraite : des salaires, des revenus ou des cotisations sur une durée d'assurance d'au moins 15 ans.

¹ Si vous avez été soumis à la fois à la législation d'un des 27 États de l'Union européenne, de la Suisse, de l'Islande, du Liechtenstein et/ou de la Norvège, renseignez-vous pour connaître les particularités liées à cette situation.

2 Le taux

La durée d'assurance pour fixer le taux est déterminée en totalisant les trimestres validés en France¹, les périodes communiquées par les autres États de la zone d'application des règlements communautaires², les périodes d'assurance volontaires et de rachat de cotisations (sans superposition et dans la limite de quatre trimestres par année civile) et sous conditions les périodes reconnues équivalentes.

3 La durée d'assurance

C'est la durée d'assurance totale validée en France¹ mais également l'ensemble des périodes d'assurance et de résidence accomplies dans les autres États de la zone d'application des règlements communautaires², sans superposition et dans la limite de la durée maximum fixée en fonction de votre année de naissance dans notre régime (voir page 21).

Le calcul se décompose en **deux étapes** (voir Exemple page 22) :

● **1^{re} étape** : vos périodes d'assurance et/ou de résidence dans tous les États de la zone d'application des règlements communautaires² sont totalisées pour calculer une « retraite théorique » à laquelle vous auriez pu avoir droit si toutes vos périodes avaient été accomplies au régime général.



Sont exclues les périodes validées par le régime des parlementaires, le régime des fonctionnaires du Sénat, les périodes accomplies dans les régimes des institutions européennes ou des organisations internationales, les périodes accomplies dans les collectivités d'outre-mer, dans un régime étranger.

● **2^e étape** : le montant de cette « retraite théorique » est réduit en proportion de vos seules périodes d'assurance à notre régime, rapportée à la durée d'assurance totale (dans la limite de la durée d'assurance maximum applicable dans notre régime). C'est notre part de la « retraite communautaire ».

Celle-ci sera comparée au montant de la « retraite nationale ». Nous vous paierons le montant le plus élevé. Si les deux montants sont identiques, c'est le montant de la « retraite communautaire » qui vous est attribué.

¹ Ce sont les trimestres validés par l'ensemble des régimes de retraite de base français.

² Si vous avez été soumis à la fois à la législation d'un des 27 États de l'Union européenne, de la Suisse, de l'Islande, du Liechtenstein et/ou de la Norvège, renseignez-vous pour connaître les particularités liées à cette situation.

**BON
à SAVOIR**

Une majoration correspondant aux périodes d'assurance volontaire qui se superposent à des périodes d'assurance obligatoire dans un autre État est calculée et ajoutée au montant de la « retraite communautaire ».

Vos autres retraites de la zone d'application des règlements communautaires¹ sont-elles calculées en même temps que votre retraite française ?

Le calcul de vos retraites auprès des régimes des États concernés sera effectué en même temps, **sauf si** :

- vous souhaitez le calcul de votre retraite seulement dans l'un de ces États ;
- vous ne réunissez pas, au même moment, les conditions pour avoir une retraite dans les autres États.

**BON
à SAVOIR**

Lorsque vous demanderez et aurez droit à votre retraite dans l'autre (ou les autres) État(s), nous réexaminerons vos droits en fonction de votre situation et de la législation en vigueur à cette date. Le montant de la retraite que nous vous verserons pourra s'en trouver modifié. Si les périodes accomplies dans l'autre (ou les autres) État(s) ont déjà été prises en compte, votre « retraite communautaire » ne sera pas recalculée.

Les conditions d'application des règlements communautaires

Vous devez avoir été soumis à la législation d'un ou de plusieurs États de la zone d'application des règlements communautaires¹ mais aussi :

- être ressortissant d'un État de l'Union européenne², de l'Islande, du Liechtenstein ou de Norvège ;
- ou
- être apatride ou réfugié résidant dans un État de la zone d'application des règlements communautaires¹ ;
- ou

- être ressortissant de l'Union européenne² ou de Suisse soumis à la législation suisse et/ou à celle d'un État de l'Union européenne ;
- ou
- être ressortissant d'un pays tiers résidant légalement dans un État de l'Union européenne (sauf le Danemark et le Royaume-Uni depuis le 1^{er} janvier 2011) et soumis à la législation d'au moins deux États membres de l'Union européenne³.

**BON
à SAVOIR**

Les nouveaux règlements communautaires de coordination des législations de sécurité sociale (règlements 883/2004 et 987/2009)⁴ sont entrés en vigueur depuis le 1^{er} mai 2010. Ils sont applicables aux ressortissants des États membres de l'Union européenne. Si votre retraite a été attribuée avant le 1^{er} mai 2010, vous pouvez en obtenir la révision au 1^{er} mai 2010 si vous en faites la demande avant le 1^{er} mai 2012. Passé ce délai, la révision prendra effet le premier jour du mois suivant le dépôt de la demande.

Nouveauté

Depuis le 1^{er} janvier 2011, les nouveaux règlements sont applicables aux ressortissants des pays tiers résidant légalement dans un État de l'Union européenne³ et soumis à la législation d'au moins deux États membres de l'Union européenne³.

¹ Si vous avez été soumis à la fois à la législation d'un des 27 États de l'Union européenne, de la Suisse, de l'Islande, du Liechtenstein et/ou de la Norvège, renseignez-vous pour connaître les particularités liées à cette situation.

² Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Chypre, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Lettonie, Lituanie, Luxembourg, Malte, Pays-Bas, Pologne, Portugal, République tchèque, Roumanie, Royaume-Uni, Slovaquie, Slovénie et Suède.

³ Sauf Danemark et Royaume-Uni. Les anciens règlements demeurent applicables au Royaume-Uni.

⁴ Les anciens règlements demeurent applicables aux ressortissants des États de l'Espace économique européen (Norvège, Islande, Liechtenstein) et de la Suisse.

● Accords internationaux de sécurité sociale

Si vous avez été soumis à la législation d'un (ou de plusieurs) pays lié(s) par un accord de sécurité sociale avec la France, vous pouvez bénéficier d'une retraite attribuée en application de l'accord signé.

Le principe

Les accords internationaux de sécurité sociale prévoient une coordination des régimes de sécurité sociale entre la France et les pays signataires et un calcul différent selon l'accord. Chaque pays verse la part de retraite qui lui incombe, c'est-à-dire qui rémunère les périodes accomplies sous sa seule législation. Le calcul de la retraite en application des accords ou conventions de sécurité sociale est effectué selon le type d'accord prévu : **accord en calcul avec droit d'option, accord avec priorité au calcul séparé** ou **accord avec comparaison entre un calcul en totalisation/proratisation et un calcul séparé**.

Accord 1 : droit d'option (voir Exemple page 23)

Il vous permet de choisir entre :

- **le calcul par totalisation/proratisation** : les organismes de retraite de chacun des pays totalisent (selon les dispositions de l'accord) les périodes accomplies en France et dans l'autre pays et calculent votre retraite comme si l'ensemble de votre carrière avait été effectué dans leur seul pays ; puis le montant de la retraite de chaque État est réduit en proportion des durées respectives effectuées dans chaque pays, rapportées à votre durée totale (limitée selon les accords à la durée d'assurance maximum applicable) ;

et

- **le calcul séparé des retraites** : chaque pays calcule la retraite à laquelle vous avez droit en fonction de votre carrière dans ce seul pays. Pour la détermination du taux de votre retraite au régime général, il peut être fait appel (en fonction de l'accord) aux périodes accomplies dans l'autre pays lorsqu'elles ne se superposent pas à des périodes d'assurance effectuées dans les régimes de base français, dont le régime général.



Accord 2 : calcul séparé des retraites

Il prévoit le calcul séparé des retraites (voir page 14).

Accord 3 : comparaison entre le calcul par totalisation/proratisation et le calcul séparé des retraites (voir Accord 1)

C'est la retraite la plus avantageuse qui vous est directement attribuée.

Les conditions d'application des accords internationaux de sécurité sociale

Vous devez avoir été soumis à la législation d'un (ou de plusieurs) pays lié(s) par un accord de sécurité sociale mais aussi :

- être ressortissant d'un pays signataire ;
- ou
- être apatride ou réfugié si l'accord le prévoit ou si le pays a signé la convention de New York et/ou de Genève.

Types d'accord des pays signataires

33 pays ont conclu un accord international de sécurité sociale avec la France.

Accord 1	Accord 2	Accord 3
Bosnie-Herzégovine	Algérie	Andorre
Croatie	Bénin	Chili
Îles anglo-normandes	Cameroun	Corée
Israël	Canada	Gabon
Macédoine	Cap-Vert	Inde
Mali	Congo	Japon
Mauritanie	Côte-d'Ivoire	Maroc
Monténégro	États-Unis	Québec
Niger	Monaco	Tunisie
Saint-Marin	Philippines	
Serbie	Sénégal	
Togo	Turquie	

Autres situations

Affiliation au régime général de la Sécurité sociale française, à un régime dans un autre État de la zone d'application des règlements communautaires¹ et dans un pays signataire d'un accord de sécurité sociale

Nous calculons :

- votre retraite dans le cadre des règlements communautaires¹ (voir pages 10-13) ;
- votre retraite dans le cadre de l'accord international de sécurité sociale (voir pages 14-15).

Après comparaison, nous vous payons le montant le plus élevé.

BON à SAVOIR

Cette disposition est soumise à des conditions de nationalité, renseignez-vous auprès de votre caisse régionale de retraite pour savoir si vous pouvez bénéficier de ce mode de calcul.

Affiliation au régime général de la Sécurité sociale française et à un régime d'un pays non signataire d'un accord de sécurité sociale

Nous calculons votre retraite compte tenu de la seule législation française. Pour connaître le détail de ce calcul, reportez-vous à la partie « retraite nationale » (voir pages 7-10).

Il n'y a pas de coordination entre notre régime et le régime étranger auquel vous avez éventuellement appartenu : votre demande de retraite française n'entraîne pas l'examen de vos droits à une retraite dans l'autre pays. Nous vous conseillons de vous informer sur vos droits à la retraite dans ce pays.

¹ Si vous avez été soumis à la fois à la législation d'un des 27 États de l'Union européenne, de la Suisse, de l'Islande, du Liechtenstein et/ou de la Norvège, renseignez-vous pour connaître les particularités liées à cette situation.

Les démarches

La demande de retraite

Aucune retraite n'est accordée automatiquement.

● Vous résidez dans un pays de la zone d'application des nouveaux règlements communautaires, votre demande devra être déposée :

- soit auprès de la caisse de retraite de votre pays de résidence,
- soit auprès de la caisse de retraite où vous avez cotisé en dernier lieu.

L'institution chargée d'instruire votre demande en application des nouveaux règlements communautaires est appelée « **institution de contact** ».

● Vous résidez dans un pays de la zone d'application des anciens règlements communautaires, votre demande devra être déposée auprès de la caisse de retraite de votre pays de résidence.

BON à SAVOIR

Si vous résidez dans un pays de la zone d'application des règlements communautaires autre que la France, nous adressons une copie des formulaires de liaison à la caisse complémentaire des résidents hors de France de l'Agirc et l'Arrco.

● Vous résidez dans un pays signataire d'un accord de sécurité sociale avec la France, votre demande devra être déposée auprès de la caisse de retraite de votre pays de résidence.

● Vous résidez dans un pays qui n'a pas signé d'accord de sécurité sociale avec la France, compléter le formulaire « Demande de retraite personnelle » que vous devrez renvoyer à la caisse française où vous avez cotisé en dernier lieu.

● Vous rentrez définitivement en France, compléter le formulaire « Demande de retraite personnelle » que vous devrez renvoyer à la caisse de retraite de votre lieu de résidence.

Mot clé

L'**institution de contact** est chargée d'instruire les demandes en application des nouveaux règlements communautaires (transmission des demandes accompagnées des pièces justificatives disponibles à chaque organisme), de favoriser les échanges.

Vous pouvez vous procurer le formulaire « Demande de retraite personnelle » sur notre site www.lassuranceretraite.fr, rubrique « Documentation, Formulaires à télécharger », en nous écrivant ou en venant nous voir. Nous vous conseillons de déposer votre demande de retraite française plusieurs mois à l'avance.



Pour obtenir les coordonnées de la caisse de retraite de l'un des pays de la zone d'application des règlements communautaires ou d'un pays ayant signé un accord international de sécurité sociale avec la France, contactez-nous.

BON à SAVOIR

La caisse de retraite qui reçoit la demande assure la liaison avec les caisses de retraite des autres États.

Si vous habitez à l'étranger, nous vous demanderons de fournir une fois par an, par semestre ou par trimestre, selon le pays, un [justificatif d'existence](#) afin de poursuivre le paiement de votre retraite. Si nous ne recevons pas de justificatif d'existence, le paiement de la retraite est suspendu.

Mot clé

Le [justificatif d'existence](#) doit être complété par les autorités locales (mairie, bureau de police).

Plus d'informations sur la retraite

N'hésitez pas à consulter notre site www.lassuranceretraite.fr ou nous contacter pour obtenir des réponses aux questions que vous vous posez sur votre retraite.

Vous pouvez depuis notre site www.lassuranceretraite.fr accéder à la rubrique « Vos droits au cas par cas, Activités en France et à l'étranger » spécialement réservée aux assurés qui ont travaillé en France et à l'étranger. Vous pouvez ainsi obtenir des informations sur : les statuts du salarié à l'étranger, vos droits et démarches, votre relevé de carrière, le calcul du montant de votre retraite.

Nous mettons aussi à votre disposition une palette de **services en ligne gratuits**. Performants et faciles d'accès, ils sont personnalisés.

Vous pouvez entre autres :

- visualiser votre relevé de carrière et demander sa régularisation si nécessaire ;
- calculer l'âge légal de départ à la retraite ainsi que votre durée d'assurance pour obtenir le taux plein et l'âge du taux plein quelle que soit votre durée d'assurance ;
- simuler le montant de vos retraites grâce à [M@rel](#) ;
- chiffrer un versement pour la retraite ;
- demander une estimation du montant de votre retraite de base.

Vous pouvez également téléphoner à votre caisse régionale de retraite du régime général ou venir nous voir afin de rencontrer un conseiller. Pour connaître le lieu et les horaires du point d'accueil près de chez vous, consultez notre site internet www.lassuranceretraite.fr, rubrique « Votre caisse de retraite » ou contactez votre caisse régionale de retraite au **39 60**¹.

Si vous résidez à l'étranger, vous pouvez également écrire à la caisse régionale de retraite du lieu de votre dernière activité en France (*voir pages 24-25*).

BON à SAVOIR

Une liste de liens utiles vous est également proposée et vous avez la possibilité de télécharger tous nos guides d'information sur la retraite de base du régime général de la Sécurité sociale française.

¹ Prix d'un appel local depuis un poste fixe. Pour appeler de l'étranger, d'une box ou d'un mobile, composez le : 09 71 10 39 60. Depuis l'étranger, composez le 00 33 9 71 10 39 60.

Annexes

Âge légal, âge du taux plein, durée d'assurance : tableau récapitulatif

Vous êtes né	Votre âge légal de départ à la retraite	Durée d'assurance pour obtenir une retraite à taux plein <i>(en trimestre, tous régimes de base confondus)</i>	Âge d'obtention du taux plein
En 1948 (et avant)	60 ans	160	65 ans
En 1949	60 ans	161	65 ans
En 1950	60 ans	162	65 ans
Entre le 1 ^{er} janvier et le 30 juin 1951	60 ans	163	65 ans
Entre le 1 ^{er} juillet et le 31 décembre 1951	60 ans et 4 mois	163	65 ans et 4 mois*
En 1952	60 ans et 9 mois	164	65 ans et 9 mois*
En 1953	61 ans et 2 mois	165	66 ans et 2 mois*
En 1954	61 ans et 7 mois	165	66 ans et 7 mois*
En 1955	62 ans	166	67 ans*
À partir de 1956	62 ans	Fixée par décret avant le 31 décembre de l'année du 56 ^e anniversaire	67 ans*

* L'âge d'obtention du taux plein est maintenu à 65 ans pour certains assurés (voir page 10).

Repères pour le calcul de votre retraite du régime général

Vous êtes né	Nombre d'années retenues pour le calcul du Sam	Durée d'assurance pour obtenir une retraite à taux plein <i>(en trimestre, tous régimes de base confondus)</i>	Minoration du taux par trimestre manquant <i>(en point)</i>	Durée d'assurance maximum retenue pour le calcul de votre retraite au régime général
Avant 1944	10 à 20 selon année de naissance	160	- 1,25	150
En 1944	21		- 1,1875	152
En 1945	22		- 1,125	154
En 1946	23		- 1,0625	156
En 1947	24		- 1	158
En 1948	25		- 0,9375	160
En 1949			161	- 0,875
En 1950		162	- 0,8125	162
En 1951		163	- 0,750	163
En 1952		164	- 0,6875	164
En 1953		165	- 0,625	165
En 1954		166		166
En 1955	166	166		
À partir de 1956		Fixée par décret avant le 31 décembre de l'année du 56 ^e anniversaire	- 0,625	Fixée par décret avant le 31 décembre de l'année du 56 ^e anniversaire

exemple

Calcul d'une retraite en appliquant les règlements communautaires

Jérôme, né en juin 1951, demande sa retraite pour le 1^{er} octobre 2011*.

Au 30 septembre 2011**, il totalise :

- 104 trimestres au régime général des salariés ;
- 46 trimestres aux Pays-Bas.

Jérôme ne justifie pas des 163 trimestres exigés*** pour l'obtention d'une retraite au taux plein de 50 %, sa retraite est donc calculée à taux minoré. Son salaire annuel moyen est de 20 000 euros brut.

À 60 ans*

• « Retraite nationale »

Taux : 35,75 % (il lui manque 19 trimestres par rapport à l'âge d'obtention du taux plein quelle que soit la durée d'assurance)

$$20\,000 \times \frac{35,75}{100} \times \frac{104}{163} = \mathbf{4\,561,96 \text{ euros brut par an}}$$

• « Retraite communautaire »

1^{re} étape : calcul de la « retraite théorique »

Taux : 40,25 % (104 + 46 = 150 trimestres. Il lui manque donc 13 trimestres par rapport aux 163 exigés*** pour l'obtention d'une retraite au taux plein de 50 % ; sa retraite est donc calculée à taux minoré)

$$20\,000 \times \frac{40,25}{100} \times \frac{150}{163} = \mathbf{7\,407,97 \text{ euros brut par an}}$$

2^e étape : calcul de la part à notre charge de la « retraite communautaire »

$$7\,407,97 \times \frac{104}{150} = \mathbf{5\,136,19 \text{ euros brut par an}}$$

La part de « retraite communautaire » française est plus élevée que la « retraite nationale ». Nous payons à Jérôme notre part de « retraite communautaire ».

Lorsque Jérôme demandera sa retraite et que ses droits seront ouverts aux Pays-Bas, nous calculerons sa nouvelle retraite en fonction de la législation en vigueur à cette date et en tenant compte des nouveaux éléments de sa carrière aux Pays-Bas.

* Les assurés nés avant le 1^{er} juillet 1951 ne sont pas concernés par le recul de l'âge légal de départ à la retraite.

** La durée d'assurance est arrêtée au dernier jour du trimestre civil précédant le point de départ de la retraite.

*** Nombre de trimestres exigés pour un assuré né en 1951.

exemple

Calcul de retraite selon Accord 1

Sophia, née en août 1951, demande sa retraite pour le 1^{er} janvier 2012*.

Au 31 décembre 2011**, elle totalise :

- en France : 120 trimestres au régime général des salariés ;
 - en Israël : 50 trimestres ;
- soit une carrière totale de : 170 trimestres.

Sophia totalise 170 trimestres tous régimes de retraite confondus, sa retraite est donc calculée au taux plein de 50 % (voir page 21). Son salaire annuel moyen est de 22 000 euros brut.

a) Calcul de sa retraite française au 1^{er} janvier 2012 par totalisation/proratisation :

1^{re} étape : la totalisation

$$22\,000 \times \frac{50}{100} \times \frac{163}{163} = \mathbf{11\,000 \text{ euros brut par an}}$$

2^e étape : la proratisation

$$11\,000 \times \frac{120}{170} = \mathbf{7\,764,70 \text{ euros brut par an}}$$

b) Calcul séparé au 1^{er} janvier 2012 :

$$22\,000 \times \frac{50}{100} \times \frac{120}{163} = \mathbf{8\,098,16 \text{ euros brut par an}}$$

Le choix de Sophia s'exercera **en fonction du calcul par totalisation/proratisation** de ses deux retraites (régime général des salariés et Israël) et **du calcul séparé** de ses deux retraites (régime général des salariés et Israël). Si Sophia choisit de prendre sa retraite en application de l'accord signé entre Israël et la France (totalisation/proratisation), elle percevra du régime général des salariés **7 764,70 euros brut par an**. Si elle choisit le calcul séparé (prise en compte des seuls trimestres validés au régime général des salariés), elle percevra du régime général des salariés **8 098,16 euros brut par an**. Elle percevra par ailleurs, une retraite d'Israël calculée en fonction de l'accord et de la législation de ce pays. Le montant sera servi en fonction du choix exercé par Sophia.

* Les assurés nés à partir du 1^{er} juillet 1951 sont concernés par le recul de l'âge légal de départ à la retraite.

** La durée d'assurance est arrêtée au dernier jour du trimestre civil précédant le point de départ de la retraite.

<p>CRAV ALSACE-MOSELLE 36 rue du Doubs 67011 Strasbourg Cedex 1 MOSELLE (57), BAS-RHIN (67), HAUT-RHIN (68)</p>	<p>CARSAT CENTRE 30 boulevard Jean Jaurès 45033 Orléans Cedex 1 CHER (18), Eure-et-Loir (28), Indre (36), Indre-et-Loire (37), LOIRET (45), LOIR-ET-CHEER (41)</p>	<p>CARSAT LANGUEDOC-ROUSSILLON 29 cours Gambetta - CS 49001 34068 Montpellier Cedex 2 AUDE (11), GARD (30), HÉRAULT (34), LOZÈRE (48), PYRÉNÉES-ORIENTALES (66)</p>	<p>CARSAT NORMANDIE Avenue du Grand Cours 76028 Rouen Cedex 1 CALVADOS (14), Eure (27), MANCHE (50), ORNE (61), SEINE-MARITIME (76)</p>
<p>CARSAT AQUITAINE 80 avenue de la Jallère 33053 Bordeaux Cedex DORDOGNE (24), GIRONDE (33), LANDES (40), LOT-ET-GARONNE (47), PYRÉNÉES-ATLANTIQUES (64)</p>	<p>CARSAT CENTRE-OUEST 37 avenue du Président René Coty 87048 Limoges Cedex CHARENTE (16), CHARENTE-MARITIME (17), CORRÈZE (19), CREUSE (23), DEUX-SEVRES (79), VIENNE (86), HAUTE-VIENNE (87)</p>	<p>CGSS MARTINIQUE Place d'Armes 97210 Le Lamentin Cedex 2</p>	<p>CARSAT PAYS DE LA LOIRE 2 place de Bretagne 44932 Nantes Cedex 9 www.carsat-pl.fr LOIRE-ATLANTIQUE (44), MAINE-ET-LOIRE (49), MAYENNE (53), SARTHE (72), VENDÉE (85)</p>
<p>CARSAT AUVERGNE Cité administrative - rue Pélissier 63036 Clermont-Ferrand Cedex 9 ALLIER (03), CANTAL (15), HAUTE-LOIRE (43), PUY-DE-DÔME (63)</p>	<p>CGSS GUADELOUPE Quartier de l'Hôtel de Ville B.P. 486 97159 Pointe-à-Pitre Cedex</p>	<p>CARSAT MIDI-PYRÉNÉES 2 rue Georges Vivent 31065 Toulouse Cedex ARIÈGE (09), AVEYRON (12), HAUTE-GARONNE (31), GERS (32), LOT (46), HAUTES-PYRÉNÉES (65), TARN (81), TARN-ET-GARONNE (82)</p>	<p>CGSS RÉUNION 4 boulevard Doret 97704 Saint-Denis Messag Cedex 9</p>
<p>CARSAT BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ 38 rue de Cracovie - ZAE Capnord 21044 Dijon Cedex CÔTE D'OR (21), DOUBS (25), JURA (39), NIEVRE (58), HAUTE-SAÔNE (70), SAÔNE-ET-LOIRE (71), YONNE (89), TERRITOIRE DE BELFORT (90)</p>	<p>CGSS GUYANE Espace Turenne Radamonthe Route de Raban - B.P. 7015 97307 Cayenne Cedex</p>	<p>CARSAT NORD-EST 81 à 85 rue de Metz 54073 Nancy Cedex ARDENNES (08), AUBE (10), MARNE (51), HAUTE-MARNE (52), MEURTHE-ET-MOSELLE (54), MEUSE (55), VOSGES (88)</p>	<p>CARSAT RHÔNE-ALPES 35 rue Maurice Flandin 69436 Lyon Cedex AIN (01), ARDÈCHE (07), DRÔME (26), ISÈRE (38), LOIRE (42), RHÔNE (69), SAVOIE (73), HAUTE-SAVOIE (74)</p>
<p>CARSAT BRETAGNE 236 rue Châteaugiron 35030 Rennes Cedex 9 CÔTES D'ARMOR (22), FINISTÈRE (29), ILLE-ET-VILAINE (35), MORBIHAN (56)</p>	<p>CNAV ÎLE-DE-FRANCE Si vous résidez en Île-de-France ou en Algérie, adressez-vous à : Cnav - 75951 Paris Cedex 19 Si vous résidez dans un autre pays, adressez-vous à : Cnav - 37078 Tours Cedex 2 PARIS (75), SEINE-ET-MARNE (77), YVELINES (78), ESSONNE (91), HAUTS-DE-SEINE (92), SEINE-SAINT-DENIS (93), VAL-DE-MARNE (94), VAL-D'OISE (95)</p>	<p>CARSAT NORD-PICARDIE 11 allée Vauban 59662 Villeneuve-d'Ascq Cedex AISNE (02), NORD (59), OISE (60), PAS-DE-CALAIS (62), SOMME (80)</p>	<p>CARSAT SUD-EST 35 rue George 13386 Marseille Cedex 20 ALPES DE HAUTE-PROVENCE (04), HAUTES-ALPES (05), ALPES-MARITIMES (06), BOUCHES-DU-RHÔNE (13), CORSE-DU-SUD (2A), HAUTE-CORSE (2B), VAR (83), VAUCLUSE (84)</p>

CAISSE DES FRANÇAIS DE L'ÉTRANGER (CFE)

B.P. 100
77950 Rubelles
Tél. : + 33 (0)1 64 71 70 00
Fax : + 33 (0)1 60 68 95 74
Internet : www.cfe.fr

MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE (MSA)

Caisse centrale - Les Mercuriales
40 rue Jean Jaurès
93547 Bagnolet Cedex
Tél. : + 33 (0)1 41 63 77 77
Fax : + 33 (0)1 41 63 72 66
Internet : www.msa.fr

RÉGIME SOCIAL DES INDÉPENDANTS (RSI)

264 avenue du Président Wilson
93457 La Plaine Saint-Denis Cedex
Tél. : + 33 (0)1 77 93 00 00
Internet : www.le-rsi.fr

GIE AGIRC-ARRCO SERVICE DES RÉSIDENTS HORS DE FRANCE

16/18 rue Jules César
75592 Paris Cedex 12
Tél. : + 33 (0)1 71 72 12 00
Fax : + 33 (0)1 71 72 16 12

CENTRE DES LIAISONS EUROPÉENNES ET INTERNATIONALES DE SÉCURITÉ SOCIALE (CLEISS)

11 rue de la Tour des Dames
75436 Paris Cedex 09
Tél. : + 33 (0)1 45 26 33 41
Fax : + 33 (0)1 49 95 06 50
Internet : www.cleiss.fr

ASSOCIATION GÉNÉRALE DES INSTITUTIONS DE RETRAITES DES CADRES (AGIRC)

16/18 rue Jules César
75592 Paris Cedex 12
Tél. : + 33 (0)1 71 72 12 00
Fax : + 33 (0)1 71 72 13 17
Internet : www.agirc.fr

ASSOCIATION POUR LE RÉGIME DE RETRAITE COMPLÉMENTAIRE (ARRCO)

En France, les Cicas (centres d'information, conseils et accueils des salariés) sont à votre service. Contactez votre mairie pour avoir les coordonnées du Cicas le plus proche.
Internet : www.rrco.fr

CAISSE DE RETRAITE POUR LA FRANCE ET L'EXTÉRIEUR (CRE) ET INSTITUTION DE RETRAITE DES CADRES ET ASSIMILÉS DE FRANCE ET DE L'EXTÉRIEUR (IRCAFEX)

Adressez-vous à la Cre si vous êtes salarié non cadre, et à l'Ircafex si vous êtes cadre.
4 rue du Colonel Driant
75040 Paris Cedex 01
Tél. : + 33 (0)1 44 89 43 41
Internet : www.novalistaitbout.com



www.lassuranceretraite.fr

pour accéder aux informations et services
en ligne sur votre retraite et votre dossier

Le numéro unique de l'Assurance Retraite,
39 60 *du lundi au vendredi
de 8 h à 17 h
prix d'un appel local
depuis un poste fixe*

Pour appeler depuis l'étranger, d'une box
ou d'un mobile composer le **09 71 10 39 60**

**Pour toute information ou pour
contacter votre caisse de retraite :**

Carsat Retraite
& Santé
au travail
— Pays de la Loire —

Depuis le 1^{er} juillet 2010
la CRAM est devenue la **Carsat**

● www.carsat-pl.fr

● **Carsat Pays de la Loire**
2 place de Bretagne
44932 Nantes Cedex 9
Télécopie 02 51 72 81 00