

## Quelles conséquences pour ma retraite ?

Vous avez exercé ou vous souhaitez exercer une activité professionnelle en France et à l'étranger ? Les périodes accomplies à l'étranger peuvent être prises en compte pour votre retraite du régime général.

### Périodes internationales : quelle prise en compte ?

Lorsque vous êtes expatrié en contrat local, les périodes accomplies à l'étranger sont prises en compte de manière différente selon les pays concernés. Le calcul de la retraite pourra tenir compte des périodes accomplies à l'étranger, si vous avez travaillé :

#### ■ DANS UN PAYS COUVERT PAR LES RÈGLEMENTS EUROPÉENS

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

#### ■ DANS UN PAYS AYANT SIGNÉ UN ACCORD DE SÉCURITÉ SOCIALE AVEC LA FRANCE

Algérie, Andorre, Argentine, Bénin, Bosnie-Herzégovine, Brésil, Cameroun, Canada, Cap vert, Chili, Congo, Corée du Sud, Côte d'Ivoire, États-Unis, Gabon, Îles anglo-normandes, Inde, Israël, Japon, Kosovo, Macédoine, Mali, Maroc, Mauritanie, Monténégro, Monaco, Niger, Philippines, Québec, Saint Marin, Serbie, Sénégal, Togo, Tunisie, Turquie, Uruguay.

Il est important de consulter avant votre départ le site du Centre des liaisons européennes et internationales de Sécurité sociale (Cleiss) sur la couverture sociale de votre pays d'expatriation. Vous pouvez la compléter si nécessaire auprès de la Caisse des Français de l'étranger (CFE).

### A noter

- Si vous avez travaillé dans plusieurs pays signataires d'un accord avec la France, il ne sera pas effectué de calcul englobant toutes vos périodes accomplies dans tous les pays étrangers dans lesquels vous avez travaillé.
- Si vous avez travaillé dans un pays qui n'a pas signé d'accord de Sécurité sociale avec la France, votre retraite sera calculée séparément dans chacun des pays.



## Que deviennent mes cotisations versées en France si je pars travailler à l'étranger ?

Dès votre première activité salariée en France, nous vous ouvrons un compte individuel de carrière, sous votre numéro de Sécurité sociale, sur lequel sont reportés vos salaires soumis à cotisations. Ces salaires serviront à déterminer le nombre de trimestres et le montant de votre retraite au moment où vous déposerez votre demande de retraite française.

Si vous revenez travailler en France, vos nouveaux salaires soumis à cotisations viendront compléter ce compte.



## Comment faire le point sur mes droits à la retraite ?

Vous pouvez consulter à tout moment votre **relevé de carrière en ligne** qui récapitule vos droits acquis en France. Pour cela, il vous suffit d'activer votre espace personnel sur notre site. Les périodes à l'étranger ne figurent pas sur ce relevé. Elles viendront, le cas échéant, le compléter uniquement après le dépôt de votre demande de retraite.

A tout âge, participez à nos **Journées internationales d'information retraite** (JIIR). Lors de ces journées, vous pouvez rencontrer des conseillers de différents régimes de retraite français et des conseillers de régimes étrangers partenaires. Ces entretiens vous offrent une visibilité sur vos droits acquis dans chaque régime et, le cas échéant, une estimation du montant de votre retraite dans chacun de ces régimes.

Pour en savoir plus

[www.lassuranceretraite.fr/  
international](http://www.lassuranceretraite.fr/international)

Ou appelez le **39 60\***

\*Service 0,06 €/min + prix appel.  
De l'étranger, d'une box ou d'un mobile,  
composez le 09 71 10 39 60.

SECURITE SOCIALE  
 **l'Assurance  
Retraite**

L'Assurance retraite gère la retraite du régime général de la Sécurité sociale. Elle est constituée d'une caisse nationale (Cnav) et d'un réseau d'organismes (Carsat, CGSS, CSS).