



# Le livret du salarié





## Sommaire

	La retraite, en bref .....	3
●	Points clés.....	4
● ●	Points de repères .....	8
● ● ●	Points de vue .....	22
● ● ● ●	Services .....	24

# La retraite, en bref

## Le principe

En France, comme tous les salariés du secteur privé, vous cotisez obligatoirement avec votre employeur :

- **pour votre retraite de base** : à la Sécurité sociale ;
- **pour votre retraite complémentaire** : à l'Agirc-Arrco.

## L'Agirc-Arrco : le régime complémentaire de tous les salariés

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2019, l'ensemble des salariés du secteur privé cotisent à un seul régime complémentaire : le régime Agirc-Arrco qui résulte de la fusion des régimes Agirc et Arrco. Plus simple et lisible, ce nouveau régime reprend intégralement les droits que vous avez acquis avant 2019.

**1 point Arrco = 1 point Agirc-Arrco**

Seuls les points Agirc sont convertis en points Agirc-Arrco. La formule de conversion garantit une stricte équivalence de vos droits.

## Comment se constitue votre retraite ?



- La retraite de base de la Sécurité sociale est comptée en trimestres.
- La retraite complémentaire Agirc-Arrco est comptée en points.



## Points clés

### **Suis-je concerné par la retraite complémentaire ?**

Oui, si vous êtes salarié du secteur privé.

Tous les salariés non-cadres et cadres cotisent auprès d'une caisse de retraite complémentaire relevant du régime Agirc-Arrco. Ce régime résulte de la fusion au 1<sup>er</sup> janvier 2019 des régimes Agirc et Arrco. Il a repris l'intégralité des droits que vous avez acquis auprès du régime Arrco et, si vous étiez cadre, auprès du régime Agirc.

C'est votre employeur qui vous déclare auprès de ses caisses de retraite. Vous n'avez pas de démarche particulière à effectuer.

### **Pourquoi cotise-t-on à la retraite complémentaire ?**

Durant toute votre activité salariée, des cotisations sont prélevées sur votre salaire et versées par votre employeur à la caisse de retraite complémentaire. Ces cotisations permettent de financer la retraite complémentaire des personnes qui sont déjà à la retraite. C'est le principe de la répartition. En contrepartie, vous obtenez le droit d'avoir à

vosre tour une retraite complémentaire le moment venu.

## Qui s'occupe de ma retraite complémentaire ?

Les partenaires sociaux, c'est-à-dire les confédérations syndicales des salariés et les organisations d'employeurs, pilotent le régime de retraite complémentaire. Ils gèrent paritairement<sup>(1)</sup> les caisses de retraite complémentaire, la fédération Agirc-Arrco et les groupes de protection sociale. Les représentants des organisations syndicales et patronales exercent à titre bénévole leurs fonctions d'administrateurs de ces organismes paritaires. Les caisses de retraite complémentaire et la fédération Agirc-Arrco sont des organismes à but non lucratif qui remplissent une mission d'intérêt général.

Les décisions des administrateurs des caisses et de la fédération sont mises en œuvre par des professionnels de la retraite. Ces hommes et ces femmes sont vos interlocuteurs et sont à votre service au quotidien. Ils inscrivent vos points de retraite sur votre compte, vous informent sur vos droits et calculent votre retraite. Ils accompagnent aussi votre avancée en âge ou celle de vos parents.

## Comment se constitue ma retraite complémentaire ?

Chaque année, vos cotisations de retraite complémentaire sont transformées en points de retraite. Lorsque vous partirez à la retraite, le total des points acquis sera multiplié par la valeur du point en vigueur. Le résultat de cette multiplication correspond au montant annuel brut de votre retraite complémentaire.

(1) Le nombre de représentants des deux collèges employeurs/salariés est égal.

## **Et si je suis au chômage, en congé maternité ou maladie ?**

En cas de chômage indemnisé par Pôle emploi, des points de retraite vous sont attribués.

En cas de maternité, de maladie ou d'invalidité de plus de 60 jours consécutifs indemnisés par la Sécurité sociale, des points pourront également vous être attribués.

## **Quel est mon nombre de points ?**

Pour connaître votre nombre de points, il suffit que vous consultiez votre relevé de carrière (relevé de situation individuelle) sur l'espace personnel du site Internet de votre caisse de retraite ou du site [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr). Ce relevé en ligne retrace la totalité de votre carrière.

## **Comment je m'informe sur ma retraite globale ?**

Parce que le besoin d'information sur la retraite diffère en fonction de l'âge atteint, les régimes de retraite obligatoire proposent des dispositifs d'information adaptés à chaque génération.

L'entretien information retraite permet notamment à tout assuré qui a 45 ans et plus de faire le point, gratuitement, sur sa future retraite avec un conseiller.

## **À quel âge obtiendrai-je ma retraite ?**

L'âge légal de départ à la retraite est l'âge à partir duquel vous pouvez obtenir votre retraite de base. Il est fixé à 62 ans pour les personnes nées à compter de 1955.

À partir de cet âge, en fonction de votre durée d'assurance ou de votre situation, vous pouvez bénéficier de vos retraites de base et complémentaire à taux plein ou avec une minoration définitive. Le dispositif de majoration temporaire ou de minoration temporaire de la retraite Agirc-Arrco applicable à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2019 peut vous concerner.

Il est possible d'obtenir avant l'âge légal ses retraites de base et complémentaires à taux plein au titre du handicap ou d'une carrière longue.

À partir de 65/67 ans (en fonction de votre date de naissance) vous pouvez obtenir vos retraites de base et complémentaires à taux plein sans condition de durée d'assurance

À partir de 57 ans, vous pouvez obtenir votre retraite Agirc-Arrco avec une minoration définitive.

## Quelles sont les démarches pour demander ma retraite complémentaire ?

Entre 6 et 4 mois avant votre départ en retraite :

- vous pouvez effectuer en ligne votre demande de retraite pour l'ensemble de vos régimes de base et complémentaires sur l'espace personnel du site de votre caisse de retraite complémentaire ou sur celui du site [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr).
- ou choisir de contacter un conseiller retraite au 0 820 200 189<sup>(1)</sup> : il vous conseillera sur les démarches à effectuer.

## Quoi d'autre ?

Il peut être utile de noter que les pensions de réversion sont attribuées sans conditions d'âge ou de ressources aux conjoints et ex-conjoints (non remariés) ayant au moins deux enfants à charge.

Par ailleurs, le service d'action sociale de votre caisse vous soutient dans les situations difficiles, en particulier si vous êtes chômeur de longue durée. Il peut aussi vous aider à préparer votre retraite et à bâtir un nouveau projet de vie.

(1) Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 18 h (Service 0,09 € / min + prix appel).



# ●● Points de repères

## Le système de retraite des salariés en France

### 1. La retraite par répartition

En France, le système de retraite repose sur le principe de la répartition et de la solidarité entre les générations : les cotisations versées aujourd'hui par les salariés et les entreprises permettent de payer les pensions des retraités actuels, et ouvrent en contrepartie des droits à retraite pour les retraités futurs. Pour que chacun bénéficie de cette solidarité entre générations et entre professions, cotiser est obligatoire. Cette obligation apporte la garantie que les salariés d'aujourd'hui percevront une retraite demain.

### Le mécanisme de la répartition

**les salariés et les entreprises versent  
les cotisations**



**Transfert immédiat**



**Les pensions sont versées aux retraités**

## 2. La retraite de base et la retraite complémentaire

Le système de retraite français obligatoire est un système à deux niveaux. Pour les salariés du secteur privé, son organisation est la suivante.

### La retraite de base

Elle est pilotée par les pouvoirs publics.

Vos interlocuteurs sont :

- pour le régime général de la Sécurité sociale : les caisses d'assurance retraite et de la santé au travail (Carsat), la Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV) en Île-de-France, les caisses générales de Sécurité sociale (CGSS) en outre-mer et la caisse de Sécurité sociale de Mayotte (CSSM);
- pour le régime des salariés agricoles : les caisses de la Mutualité sociale agricole (MSA) et les caisses générales de Sécurité sociale (CGSS) en outre-mer, la caisse de Sécurité sociale de Mayotte (CSSM).

### La retraite complémentaire

Elle est pilotée exclusivement par les organisations patronales et syndicales.

Votre interlocuteur est :

- pour le régime Agirc-Arrco : votre caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco.

## LE RÔLE DE LA FÉDÉRATION, DES CAISSES ET DES GROUPES

**La fédération Agirc-Arrco** regroupe les caisses de retraite adhérentes. Elle a pour rôle d'assurer le bon fonctionnement et la pérennité du régime. Elle réalise une compensation financière entre les caisses adhérentes. Elle impulse et coordonne les évolutions de la retraite complémentaire afin que toutes les caisses :

- améliorent l'information des salariés sur leur future retraite complémentaire ;
- promeuvent les services en ligne permettant à chacun d'appréhender sa retraite tout au long de sa vie professionnelle et après ;
- simplifient les démarches pour les futurs retraités ;
- progressent dans la dématérialisation des échanges avec les entreprises.

La fédération fixe des objectifs de gestion aux caisses de retraite et les contrôle.

**Les caisses de retraite** assurent la gestion au quotidien des régimes de retraite Arrco et Agirc auprès des entreprises, des salariés et des retraités. Elles encaissent les cotisations des entreprises, inscrivent les points de retraite sur les comptes des salariés, calculent et versent les retraites. Elles informent et conseillent les salariés, les entreprises et les retraités et traitent leurs réclamations.

Votre caisse de retraite Agirc-Arrco appartient à un **groupe paritaire de protection sociale**. À côté de la retraite complémentaire obligatoire, ces groupes proposent aux entreprises et à leurs salariés une protection sociale complémentaire dans les domaines de la santé, de la prévoyance et de l'épargne salariale.

### 3. La retraite complémentaire pour tous les salariés

La retraite complémentaire Agirc-Arrco concerne tous les salariés du secteur privé, quels que soient :

- leur secteur d'activité : agriculture, industrie, commerce, services;
- leur catégorie professionnelle : ouvrier, employé, technicien, agent de maîtrise, cadre;
- leur profession;
- la nature de leur contrat de travail : contrat à durée indéterminée (CDI), contrat à durée déterminée (CDD), contrat d'apprentissage, etc.;
- la durée de travail : travail à temps plein, travail à temps partiel;
- leur nationalité.

## La constitution de votre retraite complémentaire

### 1. Du salaire aux cotisations

Durant toute votre activité salariée, des cotisations sont prélevées sur votre salaire. Ces cotisations sont calculées par rapport à votre salaire brut. Plusieurs éléments entrent dans le calcul :

- le plafond de la Sécurité sociale;
- la part du salaire brut soumise à cotisation, appelée assiette des cotisations;
- le taux de cotisation : c'est le pourcentage appliqué à l'assiette des cotisations.

**Le plafond de la Sécurité sociale** est fixé par les pouvoirs publics : il est de 40 524 € pour l'année 2019, soit 3 377 € pour un mois.

**L'assiette des cotisations** du régime Agirc-Arrco est identique pour les salariés non-cadres et cadres.

- Tranche 1 : salaire brut jusqu'au plafond de la Sécurité sociale.
- Tranche 2 : salaire brut compris entre 1 et 8 fois plafond de la Sécurité sociale.

Le montant de vos cotisations est égal à l'assiette des cotisations multipliée par le taux de cotisation :

$$\text{Assiette des cotisations} \times \text{Taux de cotisation} = \text{Montant des cotisations}$$

Le taux de cotisation correspond au taux de calcul des points multiplié par le taux d'appel. Le taux d'appel est fixé à 127 %. Il ne permet pas d'obtenir des points. Il sert au financement du régime.

2019	Taux de calcul	Taux de cotisation
<b>Tranche 1</b>	6,20 %	7,87%
<b>Tranche 2</b>	17 %	21,59 %

Ces taux englobent la part salariale et la part employeur des cotisations.

## 2. Des cotisations aux points

Chaque année, vos cotisations de retraite complémentaire sont transformées en points de retraite.

Le calcul est effectué de la manière suivante :

$$\frac{\text{Montant des cotisations correspondant au taux de calcul des points}}{\text{Prix d'achat du point}} = \text{Nombre de points}$$

En 2018, le prix d'achat d'un point Arrco était de 16,7226 € et le prix d'achat d'un point Agirc était de 5,8166 €. En pratique, on obtenait 100 points Arrco en contrepartie de 1672,26 € de cotisations. Si vous étiez cadre, vous avez

obtenu 100 point Agirc en contrepartie de 581,66 € de cotisations. Au 1<sup>er</sup> janvier 2019 vos 100 points Arrco sont devenus 100 points Agirc-Arrco et vos points Agirc ont été convertis en points Agirc-Arrco.

100 points Agirc = 34,78 points Agirc-Arrco

### 3. Des points au montant de la retraite

Au moment de prendre votre retraite, le total de vos points est multiplié par la valeur du point en vigueur. Le résultat de cette multiplication correspond au montant annuel brut de votre retraite complémentaire.

Nombre de points	<b>X</b>	Valeur du point	<b>=</b>	Montant annuel de la retraite complémentaire
------------------	----------	-----------------	----------	----------------------------------------------

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2019, la valeur du point Agirc-Arrco est fixée à de 1,2588 €.

La valeur du point est fixée au 1<sup>er</sup> novembre de chaque année.

#### VOS POINTS AGIRC-ARRCO

Au 1<sup>er</sup> janvier 2019, vos points Arrco sont devenus automatiquement des points Agirc-Arrco. La valeur du point Agirc-Arrco est identique à la valeur du point Arrco.

**1 point Arrco = 1 point Agirc-Arrco**

Si vous avez des points Agirc, ils sont convertis en points Agirc-Arrco selon une formule qui garantit une stricte équivalence. Une calculatrice de conversion est à votre disposition sur [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

## ÉTUDES SUPÉRIEURES

Vous pouvez racheter auprès de votre caisse Agirc-Arrco 140 points par année d'études supérieures, dans la limite de 3 ans et à condition d'avoir racheté ces années auprès du régime général ou du régime des salariés agricoles.

## Changer de situation

### 1. Les changements de travail

Si vous changez d'employeur, d'emploi ou de qualification, ce changement est sans conséquence sur les droits que vous avez obtenus. Les droits nouveaux s'ajouteront aux droits inscrits auparavant. Vos droits à la retraite sont également préservés en cas de disparition de l'entreprise qui vous employait.

### 2. Les départs à l'étranger

Si vous êtes détaché par votre entreprise à l'étranger pour une courte période, vous conservez votre protection sociale française. Vous continuez de cotiser pour votre retraite complémentaire et d'obtenir des points de retraite complémentaire.

Si vous êtes salarié expatrié, vous bénéficiez de la protection sociale du pays dans lequel vous travaillez, mais vous pouvez aussi cotiser auprès des régimes français par l'intermédiaire de votre entreprise ou volontairement. Renseignez-vous avant de partir auprès de la Caisse des Français de l'étranger pour la retraite de base ([www.cfe.fr](http://www.cfe.fr)) et auprès du groupe Humanis ([www.humanis.com](http://www.humanis.com)) ou de votre caisse Agirc-Arrco.

### **3. Les périodes de chômage, de congé maternité, de maladie**

Si votre période de chômage est indemnisée, vous obtiendrez des points de retraite calculés à partir du montant du salaire journalier de référence communiqué par Pôle emploi.

Si vous êtes dans une situation d'incapacité de travail, des points peuvent vous être attribués sans contrepartie de cotisations pendant les périodes d'arrêt du travail de plus de 60 jours indemnisées par la Sécurité sociale.

#### **S'informer sur sa retraite**

Plusieurs outils ont été mis en place par les caisses de retraite complémentaire pour vous informer sur vos droits et sur votre future retraite.

#### **1. Le relevé de carrière en ligne**

Votre relevé carrière est accessible sur l'espace personnel du site de votre caisse de retraite ou du site **[www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)**. Tout salarié ou ex-salarié, quel que soit son âge, peut y accéder.

Ce relevé récapitule les droits que vous avez obtenus dans tous les régimes obligatoires de base et complémentaires auprès desquels vous avez cotisé.

La première page du relevé présente la synthèse de vos droits : elle indique votre nombre de trimestres pour votre retraite de base et votre nombre de points par régime. Les pages suivantes détaillent ces informations pour chacun de vos organismes de retraite.

La page retraite complémentaire des salariés du secteur privé récapitule l'ensemble des points Agirc-Arrco que vous avez obtenus depuis votre premier emploi. Si vous avez été cadre, elle vous permet de visualiser, année par année, la conversion de vos points Agirc en points Agirc-Arrco. Si vous avez besoin de précisions sur le calcul de vos points ou si

vous avez détecté une omission ou une erreur, contactez le groupe de protection sociale mentionné.

Vous pouvez suivre en ligne le suivi d'avancement de la correction de votre carrière.

## **2. Le simulateur**

Un outil de simulation du montant de sa retraite est accessible sur l'espace personnel du site de votre caisse de retraite complémentaire et sur celui du site de **www.agirc-arrco.fr**.

Ce simulateur s'appuie sur les données détenues par les différents régimes de retraite auprès desquels vous avez cotisé. Il vous permet de simuler, en fonction des hypothèses d'évolution de votre carrière, le montant de vos retraites et de mesurer les incidences d'un départ anticipé ou différé.

## **3. Les Experts Retraite Agirc-Arrco**

Toutes vos questions sur la retraite trouvent une réponse en ligne sur le site [lesexpertsretraite.agirc-arrco.fr](http://lesexpertsretraite.agirc-arrco.fr). Présents également sur les réseaux sociaux (Facebook@Les.Experts.Retraite ; Twitter @ExpertsRetraite) et sur Smart'rétraite, les Experts retraite vous apportent gratuitement une réponse personnalisée.

## **4. Le relevé de carrière par courrier ou courriel**

**À partir de 35 ans**, vous recevrez par courrier postal ou courriel un relevé de carrière (relevé de situation individuelle). Ce document vous sera communiqué sans que vous ayez à accomplir des démarches. Vous le recevrez tous les cinq ans jusqu'à vos 50 ans inclus. En 2019, les actifs nés en 1969, 1974, 1979 et 1984 reçoivent leur relevé de carrière. En 2020, ce sera le tour de tous les actifs nés en 1970, 1975, 1980 et 1985.

Ce relevé de carrière comporte les mêmes informations que celles inscrites sur la version en ligne.

## 5. L'estimation indicative globale

**À partir de 55 ans**, vous recevrez par courrier postal ou courriel une estimation indicative globale (EIG) du montant de votre future retraite. Ce document vous sera communiqué sans que vous ayez à accomplir des démarches. Vous le recevrez tous les cinq ans jusqu'à votre départ en retraite. En 2019, les actifs nés en 1954, 1959 et 1964 reçoivent leur estimation individuelle globale. En 2020, ce sera le tour de tous les actifs nés en 1955, 1960 et 1965.

L'estimation indicative globale comprend votre relevé de carrière ainsi qu'une estimation du montant total de votre retraite dans les régimes obligatoires de base et complémentaires, à différents âges de départ.

Vous pouvez retrouver votre estimation indicative globale sur l'espace personnel du site de votre caisse de retraite ou du site **[www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)**.

## 6. L'entretien information retraite

Pour savoir à quoi sert un Entretien information retraite, reportez-vous à la rubrique Points de vue p. 22.

### JEUNES SALARIÉS

Les nouveaux assurés de 16 à 33 ans bénéficient d'une information sur le fonctionnement du système de retraite français et sur les règles d'acquisition des droits à la retraite. Vous recevrez cette information en 2019, si vous avez cotisé pour la première fois à un régime de retraite en 2018. En 2020, ce sera le tour des jeunes assurés qui ont cotisé pour la première fois en 2019.

## Obtenir sa retraite

### 1. Les conditions d'âge et de durée d'assurance

Vous devez avoir cessé votre activité salariée ou non salariée pour bénéficier de votre retraite complémentaire.

#### **Vous pouvez bénéficier de votre retraite complémentaire à taux plein :**

- **avant 62 ans**, si vous avez eu une longue carrière et si vous avez commencé à travailler avant l'âge de 20 ans à condition que vous obteniez votre retraite de base de la Sécurité sociale à taux plein ou si vous êtes handicapé ;
- **à partir de 62 ans** (pour les assurés nés à partir de 1955), si vous avez la durée d'assurance requise ou si vous êtes dans une situation vous permettant d'obtenir votre retraite de base de la Sécurité sociale à taux plein ;

**À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2019**, un dispositif de majoration temporaire ou de minoration temporaire s'applique sur la retraite complémentaire des personnes nées à partir du 1<sup>er</sup> janvier 1957. Pour en savoir plus : [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

- **à partir de 65/67 ans** (en fonction de votre date de naissance), quelle que soit votre durée d'assurance.

#### **Vous pouvez bénéficier de votre retraite complémentaire avec minoration définitive :**

- **à partir de 57 ans** sans condition de durée d'assurance (et sans avoir obtenu votre retraite de base).

**Vous pouvez bénéficier de la retraite progressive à partir de 60 ans.** Cela vous permet de percevoir une partie de vos retraites de base et complémentaire tout en travaillant à temps partiel.

## 2. Les démarches à effectuer

Il est nécessaire de commencer vos démarches entre 6 et 4 mois avant votre départ. Pour votre demande de retraite complémentaire :

- Vous pouvez effectuer votre demande de retraite complémentaire en ligne pour l'ensemble de vos retraites de base et complémentaires sur l'espace personnel du site de votre caisse de retraite complémentaire ou sur celui du site [www.agirc-Arrco.fr](http://www.agirc-Arrco.fr). Ce service permet, d'effectuer sa demande de retraite, de constituer son dossier en ligne et de joindre ses justificatifs. Vous pourrez également suivre en ligne le traitement, de la transmission jusqu'à sa mise en paiement de votre demande de retraite Agirc-Arrco.
- Vous pouvez contactez un conseiller retraite au 0 820 200 189<sup>(1)</sup> : il vous conseillera sur les démarches à effectuer et vous proposera, si nécessaire, un rendez-vous dans le centre d'information retraite Agirc-Arrco (Cicas) le plus proche de chez vous.

### DES DÉMARCHES FACILITÉES

Pour les personnes qui ne demandent pas leur retraite en ligne, il existe un dispositif d'échanges d'informations entre l'Assurance retraite (Cnav et Carsat) et l'Agirc-Arrco. Le premier régime qui a été joint par le salarié qui souhaite prendre sa retraite transmet l'information à l'autre régime qui prend contact avec lui.

Un dispositif semblable existe entre la Mutualité sociale agricole (MSA), l'Agirc-Arrco.

(1) Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 18 h (Service 0,09 € / min + prix appel).

## En cas de décès

La veuve ou le veuf d'un·e· salarié·e· peut bénéficier d'une pension de réversion Agirc-Arrco. Les ex-conjoint·e·s peuvent également en bénéficier. La pension de réversion Agirc-Arrco et Agirc est attribuée sans condition de ressources. Elle est définitivement supprimée en cas de remariage.

La pension de réversion Arrco-Agirc est versée à partir de 55 ans lorsque le décès est intervenu à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2019.

La veuve ou le veuf et les ex-conjoint·e·s ayant au moins deux enfants à charge au décès de l'ancien·ne· salarié·e· ou qui sont invalides ont droit à la pension de réversion quel que soit leur âge.

Les orphelin·e·s de leurs deux parents peuvent bénéficier d'une pension de réversion Arrco et, le cas échéant, Agirc.

## Faire face

L'action sociale des caisses Agirc-Arrco touche toutes les périodes de la vie et peut être mobilisée dès votre entrée dans la vie active. Elle est prioritairement orientée vers le soutien au retour à l'emploi des personnes les plus fragiles, le développement du Bien vieillir, l'aide aux proches aidants et l'aide aux personnes âgées en perte d'autonomie.

**Le service d'action sociale de votre caisse de retraite complémentaire est là pour vous écouter, vous conseiller et vous orienter dans vos démarches.**

N'hésitez pas à le contacter si vous êtes en chômage de longue durée ou si votre situation de handicap rend difficile votre retour à l'emploi ou le maintien de celui-ci.

Il vous aidera à faire le point sur votre projet de vie au moment du passage à la retraite. Il vous conseillera dans vos démarches de prévention dès l'âge de 50 ans.

Vous pourrez vous appuyer sur le service Orizea de votre caisse de retraite Agirc-Arrco pour trouver des solutions aux difficultés d'un parent âgé afin de lui permettre de continuer à vivre chez lui, ou pour l'aider à obtenir une place dans un établissement adapté à sa situation. Si vous aidez un proche, âgé ou handicapé, des solutions de répit (séjours, groupes de parole...) ou des conseils de prévention pour votre propre santé (bilans de prévention aidant) peuvent vous être proposés par le service d'action sociale de votre caisse de retraite complémentaire.

### **LES ESPACES EMPLOI**

Une recherche d'emploi, en situation de chômage de longue durée, peut être pénalisée par une situation personnelle difficile. Les Espaces Emploi Agirc-Arrco propose un accompagnement personnalisé au travers d'un diagnostic social, d'un bilan professionnel, de techniques de recherche d'emploi alliant suivi individuel et ateliers de groupe. Renseignez-vous auprès de votre caisse de retraite complémentaire.

### **LES CENTRES DE PRÉVENTION BIEN VIEILLIR AGIRC-ARRCO**

Bien vieillir, c'est s'inscrire dans une démarche de prévention. Les centres de prévention Bien vieillir Agirc-Arrco couvrent près de 70 départements pour proposer des parcours médico-psycho-sociaux : l'objectif est d'aider les personnes de plus de 50 ans à adopter un comportement favorisant le Bien vieillir.

Renseignez-vous auprès de votre caisse de retraite complémentaire ou sur le site [www.centreprevention.com](http://www.centreprevention.com)



## Points de vue

*Mes collègues me disent que 45 ans, c'est le bon âge pour se préoccuper de sa retraite mais je ne sais pas quoi faire.*

### La réponse de la conseillère

Avant tout, il est nécessaire de faire un diagnostic sur votre future retraite.

Tout assuré âgé de 45 ans et plus, ayant acquis des droits dans un des régimes obligatoires, peut bénéficier de l'**entretien information retraite**. Ce service est gratuit. Pour en bénéficier, que vous soyez ou non en activité, contactez un conseiller retraite en composant le numéro 0 820 200 189<sup>(1)</sup> ou le numéro de téléphone de votre groupe de protection sociale<sup>(2)</sup>.

En préparation de votre entretien, le conseiller retraite vous enverra votre relevé de carrière (relevé de situation individuelle) ou vous invitera à le consulter sur Internet. Vérifiez-le. S'il est incomplet ou inexact, demandez à ce qu'il soit rectifié avant l'entretien.

Lors de l'entretien, vous examinerez à nouveau avec le conseiller retraite les différents éléments de relevé de situation individuelle. Le conseiller vous présentera plusieurs simulations de calculs du montant de votre retraite en fonction de différentes hypothèses : date de départ, retraite progressive, cumul emploi-retraite... C'est le moment de lui poser toutes vos questions. Le conseiller retraite est là pour vous apporter des réponses.

À l'issue de l'entretien, vous disposerez de l'état de vos droits, de simulations et d'explications qui vous permettront de faire le point sur votre retraite et d'envisager éventuellement les moyens de l'améliorer.

(1) Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 18 h (Service 0,09 € / min + prix appel).

(2) Vous pouvez retrouver les coordonnées de votre caisse de retraite sur l'espace personnel du site [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)



# RETROUVEZ NOS SERVICES



## EXPERTS RETRAITE

Des questions sur la retraite ?  
Obtenez des réponses personnalisées



## SIMULATEUR RETRAITE

En 3 clics, estimez le montant  
de votre future retraite en fonction  
de différents âges de départ



## CALCULETTE DE CONVERSION DES POINTS



## PLANNING DE MES DÉMARCHES RETRAITE

Vous pouvez même les ajouter à l'agenda  
de votre smartphone



## DEMANDE DE RETRAITE EN LIGNE

Simple, rapide et sécurisé



## SUIVI DE MA DEMANDE DE RETRAITE

Suivez l'avancement de votre demande  
de retraite sur votre smartphone



## ACTION SOCIALE

L'action sociale Agirc-Arrco propose  
des services d'accompagnement à tous  
les moments de la vie

sur [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

OU



● RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**

16-18, rue Jules César – 75592 Paris Cedex 12  
Tél. : 01 71 72 12 00 – [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

