



Avoir des enfants, quels avantages pour ma retraite ?

 23/06/2023



Un heureux événement... qui n'a pas que des conséquences sur sa vie personnelle. Avoir des enfants peut affecter significativement une carrière professionnelle, le plus souvent celle des femmes, mais pas exclusivement. Pour tenir compte de ce paramètre, la plupart des régimes accordent des avantages retraite aux mères et aux pères. Faisons le point sur les mesures propres aux salariés du privé, dont certaines s'appliquent également dans d'autres régimes.

Les trimestres de majoration pour enfants

La parentalité permet de bénéficier de trimestres de majoration dans la limite de 8 trimestres au titre de la maternité et de l'éducation ([hors congé parental](#)). Ces majorations s'appliquent dans le régime général des salariés, mais aussi dans celui des artisans, commerçants et industriels (Sécurité sociale des indépendants, SSI anciennement RSI), des professions libérales (CNAVPL) et des salariés agricoles (MSA).

Les trimestres de majoration pour grossesse ou adoption

Pour chaque enfant, une femme acquiert 4 trimestres au titre de la grossesse et de l'accouchement. Ces trimestres sont toujours attribués à la mère biologique, pour tenir compte de l'incidence de la maternité sur sa vie professionnelle.

Les trimestres de majoration pour éducation

Pour les enfants nés après 2010

L'éducation des enfants donne droit à 4 trimestres, **dont 2 qui reviennent automatiquement à la mère**. Les 2 autres sont à répartir librement entre les 2 parents. La règle est la même pour les enfants adoptés. Les parents disposent de 6 mois, à partir des 4 ans de leur enfant, pour se répartir les 2 trimestres d'éducation. S'ils ne font pas de choix, ces 2 trimestres vont à la mère. S'il y a désaccord, c'est la caisse de retraite qui les départage.

Les 4 trimestres éducation ou adoption sont acquis même en cas de décès de l'enfant avant ses 4 ans. Pour en bénéficier, vous devez avoir résidé avec l'enfant, de sa naissance jusqu'à son décès. Si vous avez résidé avec l'enfant sur une plus courte période, le nombre de trimestres est réduit — de 1 à 3 selon le nombre d'années de résidence avec l'enfant.

Pour les parents de même sexe, l'attribution de la majoration pour éducation ou adoption est partagée par moitié [2 trimestres pour chaque parent](#).

Pour bénéficier de ces trimestres de majoration, les 2 parents doivent avoir dépendu d'un régime de retraite français ou européen (Union européenne, Suisse, Norvège) pendant au moins 2 ans au cours de leur carrière.

Si l'enfant a été élevé par une personne seule, cette dernière bénéficie des majorations même si la durée d'affiliation à un régime de retraite français ou européen est inférieure à 2 ans.

Si le parent est condamné de façon définitive à la réclusion criminelle à perpétuité pour le meurtre de son enfant, il perd le droit aux trimestres éducation liés à l'enfant.

Pour les enfants nés avant 2010

Les 4 trimestres pour éducation reviennent automatiquement à la mère, sauf si le père a démontré qu'il a élevé l'enfant sans la mère au cours des 4 premières années de sa vie. Cette preuve devait être apportée dans un délai de 6 mois après le 4^e anniversaire de l'enfant.

L'éducation des enfants handicapés

Les 2 parents d'enfants handicapés peuvent demander à recevoir 1 trimestre de majoration par période de 2 ans et ½ d'éducation (30 mois), dans la limite de 8 trimestres chacun.

Pour en bénéficier, il faut :

- que l'enfant soit atteint d'une incapacité permanente d'au moins 80 % ;
- et que sa situation ouvre droit soit à l'Allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) et à son complément, soit à cette même AEEH et à la Prestation de compensation du handicap (PCH).

Si les 2 parents sont séparés et que celui qui bénéficie de l'allocation a un nouveau conjoint, ce dernier peut également bénéficier de la majoration, pour la période où il/elle a participé à l'éducation de l'enfant.

A noter : Ces trimestres sont cumulables avec les autres trimestres de majoration (maternité, adoption, éducation, enfant handicapé).

Pour en savoir plus sur « [Élever un enfant handicapé : quelles conséquences pour la retraite](#) ».



Le cas du congé parental d'éducation

Les parents qui choisissent de partir en congé parental à temps plein bénéficient d'une majoration égale à la durée du congé (12 trimestres au maximum). C'est-à-dire que tous leurs trimestres passés en congé parental seront validés. Cette majoration ne se cumule pas avec les trimestres pour enfant : c'est la méthode de calcul la plus avantageuse pour l'assuré qui est retenue.

A noter : Les trimestres validés par votre congé parental via l'Assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF) peuvent être pris en compte dans le calcul pour la carrière longue, dans la limite de 4 trimestres.

Les majorations de pension

Dans le régime de base

Les assurés qui ont eu 3 enfants ou plus (y compris le ou les enfants morts-nés), ou ont élevé 3 enfants ou plus pendant au moins 9 années avant leur 16e anniversaire, bénéficient d'une majoration de leur pension de retraite du régime général à hauteur de 10 %. Les artisans, commerçants et industriels sont également concernés par cette majoration. À partir du 1er septembre 2023, cette mesure concernera aussi les professions libérales, les avocats et les fonctionnaires (ces derniers perdaient leur droit à majoration pour 3 enfants en cas de mort de l'enfant avant les 9 années d'éducation, ce ne sera plus un critère après cette date).

Toujours à partir du 1er septembre 2023, vous pourrez bénéficier d'une surcote de 5 % maximum si vous remplissez l'ensemble des conditions suivantes :

- vous bénéficiez d'au moins 1 trimestre pour enfant, pour congé parental ou pour enfant handicapé ;
- vous avez au moins 63 ans ;
- vous avez validé tous vos trimestres pour un taux plein (entre 166 et 172 selon génération).

La majoration est attribuée le même jour que la pension de retraite si les conditions d'attribution sont remplies. À défaut, elle est attribuée à partir du 1er jour du mois suivant la date à laquelle ces conditions sont remplies

Dans les régimes complémentaires

Majorations retraites pour 3 enfants élevés et plus

Pour les pensions liquidées après le 1er janvier 2012, l'Agirc-Arrco prévoit une majoration de 10 % du nombre de points à partir de 3 enfants élevés pendant au moins 9 ans avant leurs 16 ans, avec un plafonnement de 2 221,34 € (en vigueur depuis novembre 2022).

Pour les pensions liquidées avant le 1er janvier 2012, la règle est différente selon que l'assuré dépendait de l'Agirc ou de l'Arrco.

Pour l'Agirc, le nombre de points acquis avant le 1er janvier 2012 est majoré de 8 % pour 3 enfants, 12 % pour 4 enfants, 16 % pour 5 enfants, 20 % pour 6 enfants et 24 % pour 7 enfants et plus.

Pour l'Arrco, le nombre de points acquis entre 1999 et 2011 est majoré de 5 % à partir de 3 enfants ; avant 1999, la règle pouvait varier suivant la caisse Arrco à laquelle l'assuré était affilié.

Si vous percevez à la fois une pension de retraite personnelle et une pension de réversion, le plafonnement s'applique séparément à chacune des 2 pensions, pour chacune des 2 caisses Arrco et Agirc.

Le plafond ne s'applique pas aux personnes nées avant le 2 août 1951, ni aux personnes ayant pris leur retraite avant 2012. Si vous étiez en préretraite avant le 1er janvier 2012, et que vous demandez votre retraite après cette date, le plafonnement ne s'applique pas non plus. De même, si vous aviez liquidé votre retraite avant 2012, à l'exception de la tranche C de votre retraite complémentaire Agirc, celle-ci ne sera pas concernée par le plafond lorsque vous la liquiderez.

Majorations pour enfants à charge

Le nombre de points Agirc-Arrco est majoré de 5 % pour chaque enfant encore à charge au moment de la retraite. Cette majoration n'est pas cumulable avec la majoration pour 3 enfants et plus, c'est la plus avantageuse des 2 qui est retenue. Elle cesse d'être due lorsque l'enfant n'est plus à charge. Le cas échéant, la majoration pour 3 enfants prend alors le relais.

Les autres avantages de la parentalité sur la retraite

La prise en compte du congé maternité pour la retraite

Au fil des réformes, le congé maternité est de mieux en mieux pris en compte pour la retraite.

Pour les enfants nés depuis le 1er janvier 2014, les mères partant à la retraite peuvent ainsi faire valider l'intégralité de leurs trimestres de congé maternité, à raison de 1 trimestre pour 90 jours d'indemnisation. Auparavant, seul le trimestre de l'accouchement était validé. Or, à partir du 3e enfant, ou en cas de grossesse multiple, le congé maternité peut durer au moins 2 trimestres.

De même, pour les enfants adoptés depuis le 1er janvier 2014, le congé adoption est intégralement validé pour la retraite. Il ne l'était pas du tout auparavant.

Les trimestres de congé maternité sont également considérés comme des trimestres cotisés pour le bénéfice de [la retraite anticipée pour carrière longue](#).

Les indemnités perçues par les mères pendant le congé maternité, à partir du 1er janvier 2012, comptent dans [le calcul du Salaire annuel moyen](#), c'est-à-dire dans la détermination des 25 meilleures années de rémunération. En outre, pour le calcul, elles seront majorées de 25 %. À partir du 1er septembre 2023, les indemnités maternité perçues avant le 1er janvier 2012 seront également prises en compte.



Exemple : 1 000 € d'indemnités perçues compteront pour 1 250 € de salaire.

Les parents au foyer

[Les parents au foyer](#) peuvent aussi faire valider des droits à la retraite sans avoir à verser de cotisations, il s'agit de l'Assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF), qui bénéficie à près de 2 millions de personnes chaque année.

Mais il faut respecter certaines conditions : les revenus du ménage ne doivent pas dépasser une certaine somme, le parent concerné ne doit pas travailler (ou alors très peu) et il doit bénéficier de certaines allocations familiales.

Ce qu'il faut retenir sur les avantages de la paternité et de la maternité pour ma retraite

Les parents peuvent bénéficier de 8 trimestres supplémentaires répartis comme suit :

- 4 trimestres au titre de la maternité et de l'adoption ;
- 4 trimestres au titre de l'éducation.

Pour les enfants nés ou adoptés avant le 1er janvier 2010, les 8 trimestres sont accordés automatiquement à la mère. Pour ceux nés ou adoptés après cette date, 4 trimestres maternité et 2 trimestres éducation sont attribués automatiquement à la mère, et 2 trimestres éducation sont à répartir entre les parents.

Les parents de 3 enfants ou plus peuvent avoir une majoration de leur pension de retraite de 10 % au régime de base et au régime complémentaire Agirc-Arrco (pour les pensions liquidées à partir du 1er janvier 2012).

1 trimestre est accordé à l'assuré pour chaque période de 90 jours d'indemnisation au titre du congé maternité ou d'adoption.

Retraite : avantages liés aux enfants

CE QUE PRÉVOIT LE RÉGIME GÉNÉRAL

Les enfants peuvent vous rapporter des trimestres de majoration et éventuellement une majoration de pension.

TRIMESTRES DE MAJORATION



Par enfant
(mère)



2 trimestres (mère)
2 trimestres (mère ou père)

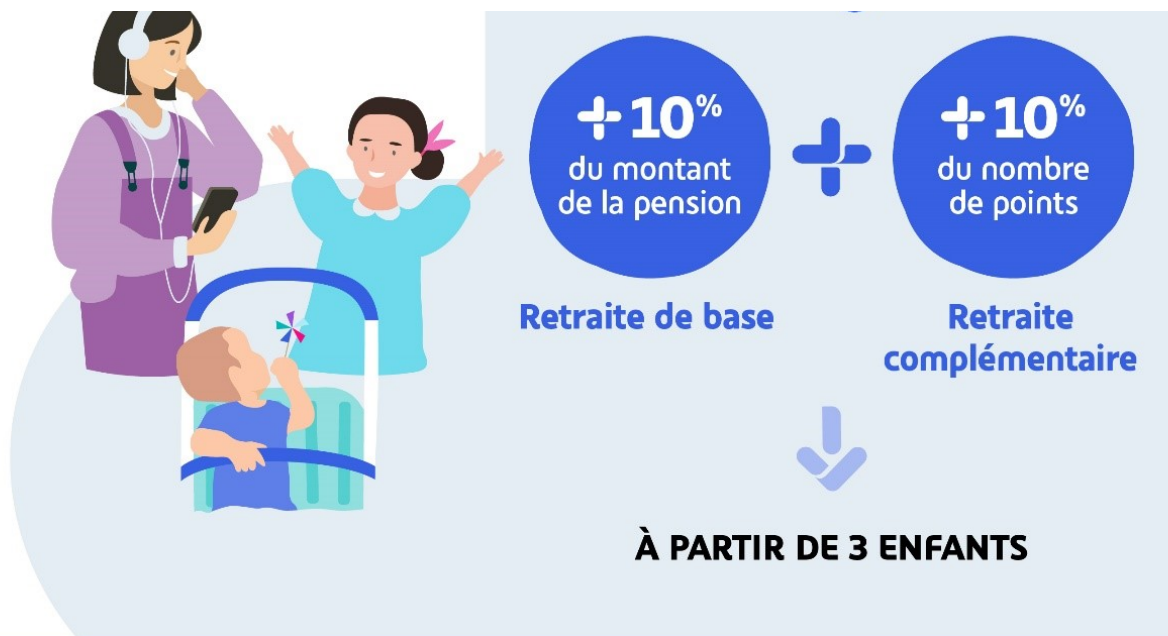


OU

Trimestres
de congé parental
si plus avantageux



MAJORATION DE PENSION



www.la-retraite-en-clair.fr

Rejoignez-nous !



Retrouvez la description détaillée de l'infographie : [Retraite : avantages liés aux enfants](#)