



Je suis en mi-temps thérapeutique, quel impact cela a-t-il sur ma retraite ?

 15/04/2024

1 585,50 €

le montant nécessaire pour valider 1 trimestre ne change pas quand
vous êtes en mi-temps thérapeutique

Pendant la période du mi-temps thérapeutique, vous percevez un salaire de votre entreprise et des Indemnités journalières (IJ) d'assurance maladie. Vous continuez à acquérir des droits à la retraite sur la base de votre salaire. Mais comment vos indemnités journalières sont-elles prises en compte ?

Puis-je valider des trimestres pendant un mi-temps thérapeutique ?

Pendant votre mi-temps thérapeutique, vous validez des trimestres sur la base de votre revenu salarié, soumis aux cotisations sociales, dans les mêmes conditions que pour un temps plein. Vos Indemnités journalières, en revanche, ne sont pas prises en compte.

Pour valider 1 trimestre en vue de la retraite, il vous faut justifier, depuis 2014, de revenus égaux à 150 fois le Smic horaire, soit 1 747,50 € € en 2024 . Pour valider le maximum de 4 trimestres, il faut donc avoir perçu 6 990 € € de revenus salariés dans l'année.

À noter : pour les années antérieures à 2014, il faut avoir gagné 200 fois le Smic horaire dans l'année pour valider 1 trimestre. Vous pouvez trouver les valeurs du Smic horaire par année sur [le site de l'Assurance maladie](#).

Que faire si mon salaire ne me permet pas de valider des trimestres cotisés ?

Si toutefois votre salaire est inférieur au seuil permettant de valider des trimestres cotisés , vous pouvez tout de même valider des [trimestres assimilés pour arrêt-maladie](#).

En effet, les Indemnités journalières d'assurance maladie vous permettent de valider 1 trimestre pour 60 jours d'indemnités - dans la limite, toujours, de 4 trimestres par an. Ces trimestres ne peuvent bien entendu pas se cumuler avec ceux que vous pouvez valider par le biais de votre salaire : le maximum est toujours de 4 par an, au total.

Exemple pour 2022 : Jeanne est en mi-temps thérapeutique toute l'année et gagne 5 000 € de salaire au total dans l'année. Elle validera 3 trimestres avec ses cotisations ($1\,585,50 \text{ €} \times 3 = 4\,756,50 \text{ €}$, soit moins que 5 000 €), et 1 trimestre au titre de l'assurance-maladie.

Attention, les trimestres obtenus par le biais de l'assurance maladie sont des [trimestres validés](#), et non des trimestres cotisés. Cela a son importance, en particulier pour la détermination de vos droits éventuels à partir en retraite avant [l'âge légal](#) (62 ans).



Quel est l'impact sur le calcul de ma pension de retraite ?

Pour le calcul de votre pension de retraite, seuls les revenus salariaux seront pris en compte pour déterminer votre [Salaire annuel moyen \(SAM\)](#). Les Indemnités journalières perçues ne rentrent donc pas dans le calcul.

Pour améliorer votre future pension de retraite, vous pouvez demander, avec l'accord de votre employeur, de verser des cotisations correspondant à un temps plein lorsque vous travaillez à [temps partiel](#). C'est la possibilité de [surcotiser](#). Le salaire pris en compte pour le calcul de votre retraite correspondra alors à ce que vous auriez perçu si vous aviez travaillé à temps plein.

Enfin, pour ce qui est de la retraite complémentaire, vous continuez à acquérir des points , à la fois sur la base de votre salaire et au titre de l'arrêt maladie. Ni la période d'arrêt total ni celle du mi-temps thérapeutique ne vous pénalisent de ce point de vue.