



Jeune actif ? C'est le moment de penser à votre retraite !

 19/04/2024

Commencer à travailler et déjà penser à l'après ? Quand on est occupé à construire sa vie, on a d'autres projets en tête que de préparer sa retraite ! Et pourtant... connaître l'impact de ses choix de vie et les différentes manières de préparer sa retraite constitue certainement l'un des meilleurs investissements. Explications.

Anticiper sa retraite, une nécessité grandissante

[Beaucoup de jeunes actifs estiment](#) qu'une grande part de leurs revenus à la retraite proviendra de l'épargne qu'ils se seront eux-mêmes constituée. Et ce, bien plus pour leur génération par rapport à leurs aînés. Plusieurs arguments tendent à leur donner raison.

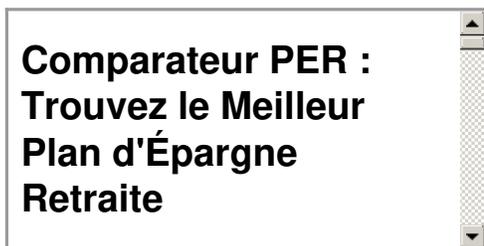
L'équilibre des régimes de retraite est fragile : baisse de la natalité, vieillissement démographique, espérance de vie qui s'allonge, croissance économique insuffisante... conduisent à la baisse du nombre d'actifs qui cotisent pour un retraité. Trouver des solutions pour définitivement équilibrer le système des retraites est un enjeu majeur. Plusieurs réformes successives ont tenté d'y parvenir en limitant la hausse des dépenses, mais l'équilibre n'est toujours pas pérennisé.

Aujourd'hui, la pension de base de la plupart des régimes est déterminée comme la fraction du revenu d'activité (moyenne des 25 meilleures années au régime général, 6 derniers mois au régime des fonctionnaires...). Ce montant peut être diminué ou augmenté en fonction du nombre de trimestres acquis.

[La future réforme des retraites](#) actuellement en préparation va opérer une véritable refonte globale de notre système. Si certaines de ses modalités restent à définir (et font encore débat), elle s'oriente vers la mise en place d'un système universel, dans lequel chaque « euro cotisé donne les mêmes droits, quel que soit le montant où il a été versé et quel que soit le statut de celui qui a cotisé ». Dans ce système, le montant de la pension serait désormais déterminé par le nombre

de points acquis pendant la carrière, multiplié par la valeur du point. La plupart des régimes complémentaires fonctionnent d'ailleurs sur ce modèle. Or, la valeur du point peut être gelé, et avec lui le montant de la retraite – comme ce fut le cas pendant [plusieurs années pour l'Agirc-Arrco](#).

Le gouvernement se veut rassurant pour les plus petites retraites, notamment à travers la revalorisation du minimum contributif à 1 000 €, alors que le minimum vieillesse augmentera progressivement jusqu'à 900 €. Mais l'évolution de la retraite est plus incertaine une fois passés ces minima.



Si le gouvernement a rehaussé les minima de pension de retraite, et qu'il s'est engagé à ce que le passage au nouveau système ne réduise pas le montant des pensions versées, à terme cela pourrait changer, le futur reste incertain.

Par ailleurs, différentes mesures en faveur de la capitalisation ont été adoptées, notamment dans le cadre de [la loi Pacte](#). En rendant l'épargne retraite plus simple et plus accessible, le gouvernement souhaite inciter les Français à réorienter leur épargne vers une épargne long terme de préparation à la retraite. Ce qui tend à confirmer l'importance toujours plus grande de la préparation personnelle, de la retraite afin de maintenir son pouvoir d'achat.

Bonne nouvelle : vous avez probablement déjà commencé à préparer votre retraite

Votre retraite dépendra du niveau de vos revenus mais aussi du temps passé à cotiser. En général, on commence à cotiser pour sa retraite en entrant dans la vie active. Mais dans certains cas, il se peut que vous ayez déjà commencé à cotiser pour votre retraite avant même votre premier véritable emploi.

À noter : ces éléments seront amenés à évoluer dans le cadre de la réforme des retraites, mais les droits déjà acquis dans les modalités décrites ci-dessous devraient être reconvertis en points dans le nouveau régime.

Vous avez exercé des petits boulots ou un job d'été durant vos études ?

Dès que vous avez gagné dans l'année [150 Smic horaire](#), vous validez 1 trimestre de retraite. Ainsi, l'équivalent d'1 mois de travail au Smic dans l'année vous permet de valider 1 trimestre.

Vous avez effectué des stages d'études ?

Les [périodes de stage](#) donnent lieu à une « gratification » minimale obligatoire si elle dépasse 2 mois (609 € € par mois à temps plein en 2024). Si vous avez perçu une somme égale à ce montant, vous n'avez pas acquis automatiquement de droit. En revanche, si votre gratification est supérieure à ce montant, la part qui dépasse ce minimum compte pour votre retraite. Là aussi à partir de 150 Smic horaire, vous validez 1 trimestre.

Si votre gratification ne vous permet pas de valider automatiquement des trimestres, vous pouvez en valider jusqu'à 2, en versant une cotisation à la Cnav à prix préférentiel (464 € € en 2024). Mais attention, vous devez le faire **2 ans après la fin de votre stage** au plus tard !

Pensez à « racheter » des trimestres

Vous pouvez aussi « [racheter](#) » les trimestres de vos années d'études. C'est possible à n'importe quel âge, mais si vous vous y prenez plus tard, cela coûtera [jusqu'à 5 fois plus cher](#) !

Vous avez fait un contrat d'apprentissage ?

Depuis le 1er janvier 2014, toutes les périodes passées [en apprentissage](#) valident des trimestres de retraite. 1 trimestre d'apprentissage = 1 trimestre de retraite. Aucune démarche n'est nécessaire.

Informez-vous !

Sur info-retraite.fr, vous pouvez savoir où vous en êtes sur vos trimestres. Vous allez aussi recevoir à 35 ans votre [Relevé de situation individuelle \(RIS\)](#), récapitulant vos droits acquis.

Il est important de retracer votre parcours et de vérifier que vos droits ont bien été pris en compte. En effet, il peut arriver que votre caisse de retraite fasse une erreur. Vous pourrez bien entendu la faire rectifier, mais encore faut-il avoir les preuves ! Dans 40 ans, il n'est pas certain que les premières entreprises dans lesquelles vous avez travaillé existent toujours pour leur redemander vos anciennes fiches de paie.

Rassemblez vos bulletins de paie et attestations chômage et scannez-les. Vous pouvez les archiver sur votre [compte personnel de retraite](#).

L'impact des choix de vie personnels et professionnels sur votre retraite

Vous validez 4 trimestres par an dès que vous atteignez 6 990 € € de revenus annuels en 2024 (soit 150 Smic horaire de l'année concernée). C'est LE chiffre à garder en tête. Si vous ne l'atteignez pas certaines années, vous devrez travailler plus longtemps (on estime que 25 % des personnes nées en 1978 vont travailler jusqu'à 67 ans pour avoir tous leurs trimestres).

Au cours de votre parcours professionnel, vous pouvez connaître des périodes de chômage [total](#) ou [partiel](#) ou partir [à](#)

[l'étranger](#). Pas de panique : ces périodes peuvent compter pour votre retraite (sous certaines conditions).

Si vous choisissez [l'entrepreneuriat](#), 2 statuts vous seront proposés ; travailleur non-salarié ou assimilé salarié. De celui que vous aurez choisi dépendra le montant de vos cotisations retraite et votre pension future. Pensez-y au moment de vous lancer.

Certains évènements personnels sont pris en compte par la retraite. Par exemple, en prenant un [congé maternité/paternité](#) vous bénéficiez de trimestres. Vous bénéficiez également d'une protection, par exemple, si vous tombez [malade](#) ou êtes victime d'un accident du travail. Le régime général prévoit que les arrêts maladie comptent pour valider des trimestres.

Préparer financièrement votre retraite

Au moment de votre retraite, votre pension sera inférieure à vos derniers salaires. Le Conseil d'orientation des retraites estime que le montant de la pension est équivalent en moyenne à 75 % du dernier revenu d'activité pour la génération 1955. Selon leurs estimations, ce taux serait entre 63% et 68% pour la génération 2000. Mais pas de panique ! Si vous commencez à la préparer dès maintenant, l'effort sera bien moindre que si vous ne vous en préoccupez que dans plusieurs années.

Exemple : si à 30 ans, vous mettez 30 € (3 tickets de cinéma) par mois dans un plan qui apporte un rendement de 2 % pendant 30 ans, vous vous retrouverez à 60 ans avec 14 708 €. Si vous commencez à 50 ans, ce sera quasiment 4 fois moins ! (3 948 €).

Dans le détail – et une fois l'épargne de précaution constituée pour faire face aux imprévus de la vie –, les solutions pour préparer financièrement sa retraite sont très nombreuses, qu'elles soient dédiées à la retraite (notamment les produits proposés dans le cadre de l'entreprise) ou non (immobilier, assurance vie, etc.).

En savoir plus sur [comment préparer sa retraite quand on est jeune actif](#)