

LE CUMUL EMPLOI-RETRAITE



À la retraite, vous avez envie de rester actif...
mais autrement ?

Prenez votre retraite... puis reprenez un emploi
grâce au cumul emploi-retraite.

Devenir indépendant, conseiller, formateur, ou
reprendre un emploi à temps choisi : la retraite
aménagée selon vos besoins.



LE PRINCIPE

- Être à la retraite et reprendre un nouvel emploi, c'est possible grâce au dispositif de cumul emploi-retraite. Il vous permet de percevoir votre retraite tout en exerçant une activité professionnelle, salariée ou indépendante.
- Les nouvelles périodes cotisées vous donnent droit à une seconde retraite.



À NOTER

Si vous reprenez votre activité chez votre dernier employeur, vous devrez impérativement respecter un délai de 6 mois.

Une fois la seconde retraite obtenue, vous ne pouvez pas cotiser pour une troisième retraite.





LES CONDITIONS

Vous avez atteint l'âge légal de la retraite, obtenu toutes vos retraites de base et complémentaire en France et à l'étranger, et avez votre retraite au taux maximum de 50 % (ou « taux plein »). Dans le cas contraire, le cumul emploi-retraite reste possible mais il est alors limité à un plafond et ne permet pas d'acquérir des droits complémentaires.



COMMENT EN FAIRE LA DEMANDE

La demande de votre retraite après un cumul emploi-retraite n'est pas automatique : vous devez en faire la demande 2 mois avant la date souhaitée. Et pour simplifier vos démarches, l'Assurance retraite propose le service « Demander ma retraite après un cumul emploi-retraite ». Lorsque vous arrêterez de travailler, vous pourrez demander votre seconde retraite en une seule fois auprès de l'ensemble de vos régimes de retraite, de base et complémentaire auxquels vous avez cotisé. Tout se fait en ligne, même l'envoi des documents justificatifs.

Important : une fois cette retraite demandée, vous ne pourrez pas faire de nouvelle demande même si vous reprenez une activité.

CHOISISSEZ LA FIN DE CARRIÈRE QUI VOUS RESSEMBLE



VOUS VOULEZ RALENTIR SANS STOPPER COMPLÈTEMENT VOTRE ACTIVITÉ ?

La retraite progressive est votre alliée.

Passez à temps partiel, touchez une partie de votre retraite, et continuez à cotiser. Une vraie transition en douceur. Vous pouvez en bénéficier à partir de 60 ans si elle prend effet à compter du 1^{er} septembre 2025 et si vous avez au moins 150 trimestres dans tous vos régimes de base.



VOUS SOUHAITEZ AUGMENTER VOTRE RETRAITE ?

Optez pour la surcote.

Continuez à temps plein quelques mois ou années de plus et augmentez le montant de votre retraite, sans changer vos habitudes.

Une année supplémentaire de travail augmente votre retraite de +5% (= nombre de trimestres × 1,25%) à vie et deux années supplémentaires l'augmentent de 10%.