

Retraite

Votre guide pratique

Préparer sa retraite à tout âge



**Vauban
Humanis** 
une marque du groupe Humanis

Sommaire

- 3 • Édito
- 4 • La retraite : mode d'emploi
- 8 • Les situations particulières
- 10 • Connaître ses droits
- 12 • Les conditions pour obtenir sa retraite
- 14 • Préparer financièrement sa retraite
- 16 • Faire son bilan prévoyance
- 18 • L'Action sociale à vos côtés
- 20 • Nous contacter



Édito



La retraite se prépare tout au long de votre carrière !

Nous avons élaboré ce guide afin de vous sensibiliser, quel que soit votre âge, aux préoccupations matérielles et psychologiques liées au passage à la retraite, ainsi qu'aux solutions qui peuvent être apportées pour vous accompagner à chaque étape.

La cessation d'activité représente une phase importante dans la vie qui demande à être bien préparée, tout au long de votre carrière professionnelle, pour vivre, le moment venu, une retraite sereine. Vauban Humanis, fortement engagé dans la solidarité intergénérationnelle, vous fait d'ores et déjà découvrir les différents univers de la protection sociale pour vous et votre famille, au travers des questions que vous vous posez le plus souvent.

Lisez et conservez ce guide pratique qui vous apporte des pistes et des informations concrètes sur la retraite, des conseils pratiques, des contacts utiles, ainsi qu'un panorama des services et aides proposés par Vauban Humanis, une marque du groupe Humanis.

Bonne lecture.

Joël Delgove
Directeur Général Délégué
périmètre Vauban Humanis

La retraite : mode d'emploi

En France, le système de retraite obligatoire est celui de la répartition basée sur la solidarité. Les cotisations salariales et patronales, prélevées chaque mois par l'employeur sur les salaires des actifs, servent à payer les pensions des retraités et ouvrent des droits aux actifs pour leur propre retraite.

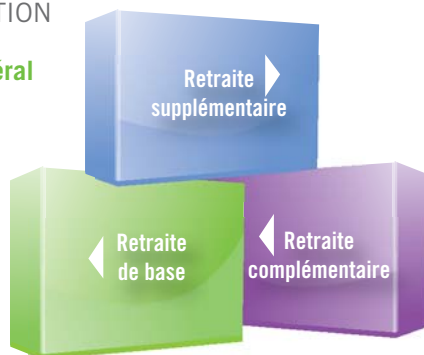
Les prestations de retraite varient selon la profession et le statut. Pour les salariés du secteur privé (ouvriers, employés et cadres de l'industrie du commerce et des services), il existe un régime de base, le régime général de la Sécurité sociale, et des régimes complémentaires : l'Arrco pour tous les salariés et l'Agirc pour les cadres, qui se complètent.

DEUX NIVEAUX OBLIGATOIRES EN RÉPARTITION

➔ La retraite de base, gérée par le régime général de la Sécurité sociale

(droits exprimés en trimestres d'assurance et calculés en fonction de la rémunération perçue)

➔ La retraite complémentaire obligatoire Arrco et Agirc, gérée par les partenaires sociaux (droits exprimés en points transformés au moment de la retraite en allocation annuelle)



UN NIVEAU FACULTATIF EN CAPITALISATION

➔ Les dispositifs de retraite supplémentaire facultatifs (individuels ou collectifs)

Voir page 14 : Préparer financièrement sa retraite

Retraite de base

La retraite de base du régime général de la Sécurité sociale est gérée par l'Assurance Retraite ; celle du monde Agricole et rural par la Mutualité Sociale Agricole (MSA).

Les droits de retraite de la Sécurité sociale sont calculés en fonction :

- de la durée d'assurance (exprimée en trimestres) : par exemple, un assuré né en 1950 doit avoir 162 trimestres validés pour bénéficier d'une retraite à taux plein ;
- du salaire plafonné (exprimé en euros) : depuis 2008, les 25 meilleures années de salaire sont prises en compte pour le calcul de la retraite.



Le montant de la retraite de base peut être calculé ainsi :

$$\text{Salaire annuel moyen des 25 meilleures années} \times \text{Taux}^* \times \frac{\text{Nb de trimestres cotisés}}{\text{Nb de trimestres requis}}$$

Pour en savoir plus, consulter le site www.lassuranceretraite.fr

*Le taux de pension dépend de la durée de cotisation et du nombre de trimestres. Si vous pouvez justifier du nombre de trimestres demandés, vous bénéficierez du taux plein, soit 50%.

Retraite complémentaire

La retraite obligatoire des régimes Agirc et Arrco* est complémentaire à la retraite de base versée par la Sécurité sociale ou la Mutualité Sociale Agricole. Les institutions de retraite (dont l'Irneo et la Cgcr pour Vauban Humanis du groupe Humanis) en assurent la gestion (appels des cotisations, comptes de points, versement des retraites...).



Les droits à la retraite complémentaire Agirc et Arrco sont calculés à partir :

- des points acquis en fonction des cotisations versées multipliées par le prix d'achat d'un point fixé chaque année par les partenaires sociaux ;
- de la valeur du point exprimée en euros revalorisée chaque année.

Le montant de la retraite complémentaire se calcule donc ainsi :

$$\text{Montant de la retraite} = \text{total des points} \times \text{valeur du point de retraite}$$

Pour en savoir plus, consulter le site www.vaubanhumanis.com ou www.agirc-arrco.fr

*Organismes paritaires, pilotés conjointement par les organisations syndicales de salariés et d'employeurs appelées partenaires sociaux.

Le rachat de point

Dans le régime de base, différents dispositifs de rachat permettent de compléter les trimestres manquants. Dans les régimes complémentaires, seul le rachat des années d'études supérieures est possible sous conditions.

www.vaubanhumanis.com
Rubrique Particuliers > Ma retraite

Retraite supplémentaire

La retraite par capitalisation, facultative, correspond à l'épargne. Comme son nom l'indique, la retraite supplémentaire permet de s'assurer un revenu complémentaire qui s'ajoutera le moment venu aux retraites obligatoires.

Il existe plusieurs dispositifs individuels ou collectifs :

- l'épargne personnelle : Assurance vie, PERP....,
- les solutions mises en place par l'entreprise : PEI, PERCOI, article 83...

Voir page 14 : Préparer financièrement sa retraite

Restez informé !

Abonnez-vous gratuitement à la newsletter @ctif en ligne. Ce bimestriel traite de l'actualité de la retraite, la santé, la prévoyance et l'épargne sous un angle pédagogique.

Rendez-vous sur www.vaubanhumanis.com
Rubrique Particuliers > S'inscrire à la newsletter



Les situations particulières

Divers aléas peuvent survenir au cours d'un parcours professionnel et entraîner des interruptions dans la carrière : changement d'entreprise, travail à l'étranger, chômage, maladie, décès, etc. Qu'advient-il alors des droits comptabilisés auprès du régime de base et des régimes complémentaires ?

Le changement d'employeur

Si vous changez d'emploi, les droits que vous avez acquis sont conservés. Les droits nouveaux s'ajouteront aux anciens. Si votre ancienne entreprise disparaît, vos droits à la retraite sont préservés. Il est cependant nécessaire de conserver l'ensemble des fiches de paie reçues tout au long de sa carrière.

Le travail à l'étranger : deux solutions

- Si vous êtes détaché par votre entreprise à l'étranger pour une courte période, vous conservez votre protection sociale française et continuez à obtenir des droits de retraite (trimestres et points) ;
- Si vous êtes salarié expatrié, vous bénéficiez de la protection sociale du pays dans lequel vous travaillez. Toutefois, vous pouvez cotiser par l'intermédiaire de votre entreprise ou volontairement aux régimes de retraite français. Avant de partir, renseignez-vous auprès de la Caisse des Français à l'étranger www.cfe.fr



La période de chômage

Si vous êtes indemnisé par Pôle emploi, des trimestres sont validés par le régime général et des points de retraite sont attribués par les régimes complémentaires sans que vous ayez de démarches à accomplir.

Les arrêts maladie

Les arrêts de travail pour maladie de courte durée sont sans effet sur vos droits à la retraite du régime de base. S'ils sont plus longs, répétés ou s'ils débouchent sur une invalidité reconnue, des mécanismes spécifiques sont mis en place.

Dans les régimes Agirc et Arrco, des points peuvent être attribués en cas de maladie, de maternité, d'accident du travail ou d'invalidité de plus de 60 jours consécutifs indemnisés par la Sécurité sociale.



Les droits du conjoint survivant

En cas de décès d'un salarié, homme ou femme, le conjoint survivant et les ex-conjoints non remariés peuvent bénéficier d'une pension de réversion de la Sécurité sociale et du groupe gérant la retraite complémentaire.

Les droits des orphelins

Lorsque les deux parents sont décédés, chaque orphelin bénéficie, sous conditions, d'une pension de réversion de la retraite complémentaire. Les orphelins peuvent en percevoir une pour chaque parent salarié décédé. Le montant de la pension de réversion Arrco correspond à 50 % des points obtenus par le parent décédé et 30% pour la pension Agirc.

**D'autres situations peuvent donner des droits :
service militaire, travaux durant les vacances, congé parental...
Renseignez-vous auprès de chacun des régimes.**

www.lassuranceretraite.fr

www.agirc-arrco.fr

et sur le site www.vaubanhumanis.com

Connaître ses droits

Chaque régime, général et complémentaire, met à disposition des salariés d'une part une information concernant les droits acquis auprès de leur régime et d'autre part une information plus générale et commune dans le cadre de l'information aux actifs.

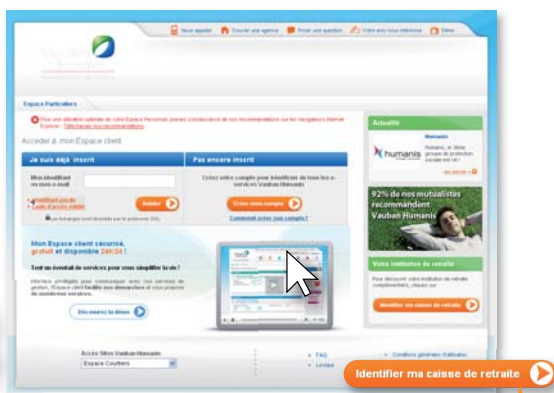
■ Vous pouvez accéder 7 jours/7 et 24 heures/24, aux données vous concernant :

- retraite de base : **consultez votre Relevé de carrière sur www.lassuranceretraite.fr** ;
- retraite complémentaire : **consultez votre Relevé Actualisé de Points sur votre Espace Personnel accessible depuis le site**

www.vaubanhumanis.com

Si vous ne connaissez pas le nom de votre groupe de protection sociale, rendez-vous sur :

Espace Personnel > Espace Particulier > Identifier ma caisse de retraite



■ Depuis 2007, une information individuelle claire et simplifiée concernant la retraite de l'ensemble des régimes obligatoires est régulièrement adressée aux actifs qui n'ont aucune démarche à entreprendre.

- À 35, 40, 45, 50 ans, vous recevez un **Relevé de situation individuelle (RIS)** récapitulant tous les droits acquis dans chacun des régimes rencontrés dans la carrière. Vous pouvez alors vérifier que toutes vos activités professionnelles ont bien été prises en compte et faire rectifier, le cas échéant, les informations collectées.

INFO RETRAITE

RELEVÉ DE SITUATION INDIVIDUELLE
Synthèse de vos droits, connus au 31/12/2005,
dans vos régimes de retraite légalement obligatoires

01/01/2006
2011 01/01/2012

RETRAITE DE BASE		Nombre de trimestres
Régimes		153
Salarié du régime général (CNAV)		153
Durée d'assurance totale		153

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE		Nombre de points
Régimes		5 014,23
Salarié du secteur privé (ARRCO)		5 014,23
Salarié cadre du secteur privé (AGIRC)		5 465

Les valeurs de point diffèrent selon les régimes. Elles vous sont précisées dans les pages propres à ces régimes.

Vous trouverez le détail de vos droits par organisme de retraite dans les pages suivantes.

Les régimes de base tiennent compte de la durée d'assurance. Pour la plupart des salariés, la durée d'assurance nécessaire pour obtenir le taux plein sera de 160 trimestres en 2008. Elle augmentera ensuite d'un trimestre par an, en fonction de votre année de naissance, pour atteindre 161 trimestres en 2012.

Dans les régimes en points, principalement les régimes complémentaires, le versement des allocations dépend du droit, chaque année, à fabrication de points. La retraite sera égale au nombre de points multiplié par la valeur du point.

Nombre de trimestres et points :

Les droits que vous avez acquis dans les différents régimes auxquels vous avez cotisé s'expriment en trimestres ou en points.

Nombre de trimestres connus dans chaque régime de base.

Durée d'assurance totale.

Droits connus dans chaque régime complémentaire.

Explication sur la signification de ces données.

CNAV
110 bis avenue Flandre
75019 Paris
09 71 10 39 60



Logo et coordonnées du régime de retraite de base (ici la CNAV).

Année	Période		Employeur ou nature de la période	Salaires annuels	Trimestres
	Début	Fin			
1969	05/07	10/09	activité salariée	476 FRF	1
1970	01/09	31/12	activité salariée	1 931 FRF	4
1971	01/01	31/12	activité salariée	9 892 FRF	4
1972	01/01	31/12	Magasin de Bourgogne	14 806 FRF	4
1973	01/01	31/12	Magasin de Bourgogne	17 565 FRF	4
1974	01/01	30/04	Magasin de Bourgogne	8 621 FRF	4
	01/05	31/12	Sapac magasins populaires	12 789 FRF	
1975	01/01	31/12	Sapac magasins populaires	28 172 FRF	4

Données sur vos droits constitués dans le régime, par ordre chronologique.

GIE Vauban Humanis
BP 651
59024 Lille Cedex
0820 30 50 50
foretraite@vaubanhumanis.fr



Logo et coordonnées du régime complémentaire (ici AGIRC ARRCO).

Année	Période		Activité ou nature de la période	Points	
	Début	Fin		ARRCO	AGIRC
2003	01/10	31/12	Manpower	8,50	150
2004	01/01	31/12	Manpower	35,00	60
	01/01	01/03	Auchan		
2005	02/03	03/06	Lecturis		
	04/06	31/12	Auchan		
TOTAL DES POINTS				18,00	12
La valeur du point pour l'année 2005 est de 10,24€				88,50	106

(1) Sous réserve

Organisme de gestion (ici Vauban Humanis).

Total des points

• À 55 ans, puis tous les 5 ans jusqu'au départ en retraite, l'**Estimation indicative globale (EIG)** vous est adressée. Elle reprend les informations contenues dans le RIS complétées par une estimation chiffrée en euros des allocations retraite à percevoir :

- à l'âge légal de la retraite (progressivement 62 ans),
- à l'âge où le nombre de trimestres nécessaires sera atteint (progressivement 165 trimestres),
- à l'âge d'acquisition d'une retraite complète sans abattement (progressivement 67 ans).

Les conditions pour obtenir sa retraite

Quand faire votre demande ?

L'âge de votre départ en retraite est fonction de votre carrière et de votre année de naissance :

Vous êtes né... :	nombre de trimestres nécessaires pour une carrière complète	âge minimum de départ carrière complète	âge de départ carrière incomplète sans décote
entre le 01/01 et le 30/06/1951	163	60 ans	65 ans
entre le 01/07 et le 31/12/1951	163	60 ans et 4 mois	65 ans et 4 mois
entre le 01/01 et le 31/12/1952	164	60 ans et 8 mois	65 ans et 8 mois
entre le 01/01 et le 31/12/1953	165	61 ans	66 ans
entre le 01/01 et le 31/12/1954	165	61 ans et 4 mois	66 ans et 4 mois
entre le 01/01 et le 31/12/1955	165*	61 ans et 8 mois	66 ans et 8 mois
à partir du 1 ^{er} janvier 1956	166*	62 ans	67 ans

** le nombre de trimestres sera définitivement fixé par décret l'année des 55 ans*

Consultez les coefficients de minoration et les conditions de départ anticipé (carrières longues) sur :

www.vaubanhumanis.com

Rubrique Particuliers > Ma retraite

Comment effectuer vos démarches ?

La retraite n'est pas attribuée automatiquement. Pour en bénéficier, il faut en faire la demande environ quatre mois avant la date de départ à la retraite.



À SAVOIR

Attention, deux demandes sont à déposer : l'une auprès du régime général, l'autre auprès des régimes complémentaires.

Pour connaître les démarches :

- appelez le service « **Alloretraite 39 60** » (0,09€ la minute) ou rapprochez-vous de votre caisse régionale d'Assurance Maladie ;
- contactez le Cicas de votre département ou votre dernière caisse Arcco (ou Agirc si vous êtes cadre).

Cicas : un partenaire privilégié de votre retraite complémentaire

Centres d'information, conseil et accueil des salariés, les Cicas aident les futurs retraités à constituer leur dossier de retraite complémentaire y compris celui de l'Ircantec. Il existe un Cicas par département et 750 points d'accueil répartis sur le territoire métropolitain.

Pour contacter votre conseiller retraite, appelez le

0 820 200 189

(0,09€/ min. depuis un poste fixe)

Préparer financièrement sa retraite



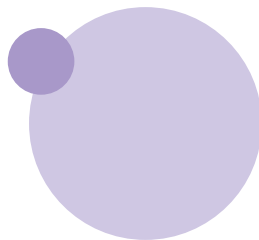
De nombreuses solutions existent pour préserver votre niveau de vie après votre passage à la retraite. La retraite supplémentaire fait partie des alternatives. Ce système, basé sur la capitalisation, complète la retraite obligatoire grâce à des solutions d'épargne individuelle et collective, toutes cumulables entre elles.

Les contrats d'épargne collectifs

Votre entreprise peut mettre en place, en fonction de sa taille, divers dispositifs. Suivant le type de contrat « Article 39 », « Article 83 », PERCO, PEE, PEI..., ils permettent le versement d'une rente viagère ou d'un capital lors de la retraite tout en présentant une fiscalité avantageuse. Renseignez-vous auprès du service Ressources Humaines de votre entreprise.

Le Plan d'Épargne Retraite Populaire

Le PERP permet d'obtenir le versement d'un revenu complémentaire de retraite sous forme de rente et/ou d'un capital (à hauteur de 20% de l'épargne). Ce produit présente des avantages fiscaux non négligeables. L'épargne reste disponible pour faire face aux accidents de la vie selon les cas fixés par la loi (invalidité, fin des droits de chômage...). En cas de décès, la rente peut être versée au(x) bénéficiaire(s) désigné(s) ou aux enfants mineurs sous forme d'une rente éducation.



L'Assurance Vie

Placement préféré des Français, l'assurance vie permet d'alimenter le contrat à votre rythme. Votre premier versement constitue la date d'effet du contrat. À tout moment, vous pouvez effectuer des versements complémentaires, même imprévus. Votre argent reste disponible mais continue de fructifier et vous pouvez le transmettre aux bénéficiaires de votre choix en cas de décès.



À SAVOIR

Vauban Humanis propose l'un des meilleurs produits du marché. Le fonds Euro de cette assurance vie permet de valoriser son épargne en toute sécurité et à frais réduits (0% de frais de versement et 0 euro de frais de dossiers). Et pour cause, sa performance moyenne sur les 5 dernières années s'élève à 4,70%*.

** Performance moyenne sur 5 ans depuis 2006.
Taux net de frais de gestion et hors prélèvements sociaux.*

Pour en savoir plus :

www.vaubanhumanis.com



Faire son bilan prévoyance

Quand on y pense, on a tous besoin d'un peu de sérénité...

- Envisager l'avenir en toute tranquillité
- Pouvoir réaliser ses projets
- Assurer la sécurité financière de ses proches
- Savoir que l'on pourra rester autonome financièrement
- "Régler ses affaires" pour se libérer l'esprit et profiter des bons moments...



On imagine avoir tout prévu...

- Vous pensez être déjà couvert en cas d'accident ou d'hospitalisation ?
- Vous êtes sûr d'avoir tout prévu pour garantir votre autonomie et la réalisation de vos projets ?

Conseil

Prenez le temps de mettre en ordre vos dossiers avec votre conjoint : contrat de mariage, remboursement de prêts... Chacun doit être en mesure de s'y retrouver en cas de nécessité.

Pourtant ce n'est pas toujours le cas !



- Bien se couvrir ne veut pas dire payer pour des garanties dont on n'a pas besoin... Seul un conseiller dont c'est le métier peut vous aider à y voir plus clair !

Vauban Humanis est une marque du groupe Humanis, 3^{ème} groupe de protection sociale en France. Avec plus de 8,5 millions de personnes protégées, nos conseillers savent de quoi ils parlent quand il s'agit d'avenir, et sont les mieux placés pour vous accompagner au quotidien.

- Rencontrer votre conseiller vous permettra de faire le point sur votre situation. Il vous aidera à comprendre les différentes prestations de la Sécurité sociale, et des autres contrats que vous avez déjà souscrits.

Si vous le souhaitez, votre conseiller réalisera avec vous un devis personnalisé, sans engagement de votre part.

Garantie autonomie, financement des obsèques, versement d'un capital à vos proches, maintien du niveau de vie..., les solutions sont nombreuses ! **Et n'oubliez pas, être prévoyant, c'est aussi avoir une bonne mutuelle santé ! Parlez-en à votre conseiller !**

Pour rencontrer votre conseiller, rendez-vous :

- dans l'agence la plus proche de chez vous
- sur www.vaubanhumanis.com
- au  **N°Azur 0 810 82 82 26**

prix appel local

du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00

L'Action sociale

à vos côtés

L'Action Sociale Vauban Humanis vous accompagne* en cas de difficulté sociale ou financière, dès lors que vous êtes affilié à la Cgrcr ou à l'Irnéo, que vous êtes bénéficiaire d'un contrat santé ou prévoyance au travers des mutuelles GSMC ou MFVH ou de l'institution de prévoyance VHP.



Une action sociale diversifiée et adaptée

En fonction de l'institution d'adhésion, les interventions sociales peuvent porter sur des domaines multiples tels que la famille, l'emploi, les études supérieures, le maintien à domicile, la santé, le handicap, le deuil...

Pour en savoir plus :

www.vaubanhumanis.com

Rubrique Particuliers > L'Action sociale

Les actions de prévention

Qu'il soit physique, psychologique, social ou spirituel, un bien-être permet de développer et de conserver un équilibre tout au long de la vie. Pour vous accompagner dans cette démarche, différentes actions de prévention sont menées près de chez vous : journées thématiques, conférences, bilans de prévention...

Pour en savoir plus :

www.vaubanhumanis.com

Rubrique Particuliers > L'Action sociale > Prévention ou Les actions en région

L'accompagnement des aidants

Il est difficile et très prenant de s'occuper d'un proche au quotidien. Pour soutenir les aidants dans leur engagement, Vauban Humanis a lancé le site www.pourlesaidants.fr sur lequel vous trouverez des témoignages, informations sur les aides existantes, les démarches administratives à effectuer...



Consultez le site www.generationplus.fr

Pratique et complet le site web des 50 ans et + vous accompagne au quotidien et met à votre disposition une mine d'informations pratiques concernant la vie professionnelle, la santé et le bien-être, la famille et les droits, le temps libre, les finances et les services Vauban Humanis.

Les établissements pour personnes âgées

L'équipe de professionnels S2A* conseille et soutient celles et ceux qui souhaitent trouver un hébergement adapté pour une personne âgée, en fonction de ses besoins, de sa situation et de celle de ses proches.

Contactez le service S2A par mail s2a@vaubanhumanis.com ou par téléphone :

N° Azur 0 810 557 557

prix appel local

Vous recherchez une maison de retraite ou un établissement de soins ?

Ce service gratuit informe, oriente et compare les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) ou les établissements de soins situés en France. Par ailleurs, il fournit des conseils pour bien choisir, des renseignements sur l'hébergement, les spécialités, les équipements, les tarifs...

www.ehpadhospiconseil.fr



Écoute, conseil, orientation

Les professionnels de l'Action sociale vous accueillent via un réseau de proximité. Retrouvez les coordonnées de votre délégation sociale régionale sur :

www.vaubanhumanis.com

Rubrique Particuliers > L'Action sociale > Un réseau de proximité

ou appelez le : **N° Azur 0 810 76 24 25**

prix appel local

du lundi au vendredi de 9h00 à 11h30 et de 14h00 à 17h00.

* Service ouvert uniquement aux cotisants et allocataires Irnéo et Cgcr

Simplicité, facilité, réactivité et accompagnement : Vauban Humanis, une marque du groupe Humanis, un partenaire toujours proche de vous.

Vauban Humanis est une marque du groupe Humanis, 3^{ème} groupe paritaire de protection sociale. Humanis met à votre disposition des solutions performantes pour répondre à vos attentes et celles des salariés que vous représentez, en retraite, santé, prévoyance, épargne salariale et retraite supplémentaire, assurance internationale, et action sociale. Vauban Humanis partage, avec l'ensemble de ses partenaires, des relations basées sur l'écoute et la proximité.

Comment nous contacter ?

- Une question concernant votre retraite ?

Appelez le **N° Indigo 0 820 30 40 40**

0,12 € TTC / MN

du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30

Ecrivez à : contactretraite@vaubanhumanis.com

- Une question sur nos autres produits et services ?

Appelez le **N° Azur 0 810 82 82 26**

prix appel local

du lundi au vendredi, de 9h à 19h

- Comment consulter les informations pratiques de votre contrat ?

Connectez-vous sur votre Espace Personnel sur www.vaubanhumanis.com

- Comment nous rendre visite ?

Retrouvez la liste de nos agences et délégations commerciales sur notre site internet

www.vaubanhumanis.com



Toutes les coordonnées de vos agences régionales

sur www.vaubanhumanis.com



GIE Vauban Humanis, membre du groupe Humanis
Groupement d'Intérêt économique RCS Lille C 487 454 340
Siège social : 8, boulevard Vauban - 59024 Lille Cedex

www.vaubanhumanis.com
www.humanis.fr

 **humanis**
Partager c'est grandir