


# Le guide du nouveau retraité

- 
- Votre notification
  - Le paiement
  - Vos avantages

SÉCURITÉ SOCIALE



**l'Assurance  
Retraite**

# Le guide du nouveau retraité

La garantie d'un service de qualité, c'est votre attente, c'est notre engagement. Bienvenue parmi les retraités du régime général de la Sécurité sociale !

Vous trouverez dans ce guide, entre autres, des informations sur votre notification de retraite, vos droits, vos avantages ainsi qu'une liste de sites utiles. Conservez-le bien.

Tout au long de votre retraite, nous restons à votre service pour tout complément d'information ; n'hésitez pas à appeler nos services téléphoniques ou à consulter notre site internet : [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr). Entre nous, la retraite c'est une question d'engagement.

# Sommaire

- [Votre notification de retraite /page 4](#)
- [Les majorations et allocations /page 5](#)
- [Le paiement de votre retraite /page 6](#)
- [La déclaration fiscale /page 7](#)
- [Vos obligations /page 8](#)
- [La reprise d'activité /page 9](#)
- [Nous contacter /page 11](#)
- [Que faire au décès du retraité ? /page 12](#)
- [L'action sociale pour les retraités /page 13](#)
- [Vos avantages : les exonérations /page 14](#)
- [Vos avantages : vie pratique /page 16](#)
- [Envie d'en savoir plus ? /page 18](#)

# Votre notification de retraite

Votre retraite est le reflet de votre vie professionnelle. Son montant est donc différent d'un assuré à l'autre.

Ce montant dépend :

- de votre âge au moment de votre départ en retraite ;
- de la durée de votre activité ;
- du montant de vos salaires soumis à cotisation ;
- de votre situation familiale.

Les éléments retenus pour le calcul de votre retraite sont repris dans votre notification d'attribution. Ce document officiel justifie de votre qualité de retraité du régime général et à ce titre, il peut vous être demandé par différents organismes. La notification d'attribution comprend :

- votre retraite détaillée ;
- le point de départ ;
- le montant mensuel ;
- les voies de recours.

**Conservez soigneusement ce document, gardez l'original et faites des photocopies.**



## BON à SAVOIR

Dès réception de votre notification, adressez une photocopie à votre caisse d'assurance maladie si vous souhaitez bénéficier du remboursement de vos dépenses de soins et de celles de vos ayants droit (conjoint, enfants à charge). Celle-ci examinera vos droits.

## Mot clé

**Le point de départ**, appelé aussi « date d'effet », est la date à compter de laquelle le droit à une prestation est effectif.

# ● Les majorations et allocations

En fonction de votre âge, de votre état de santé, de vos ressources, de votre situation familiale, vous pouvez prétendre à une majoration de votre retraite ou à l'une des deux allocations suivantes : l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa) ou l'allocation supplémentaire d'invalidité (Asi).

Pour en savoir plus, appelez le service d'information retraite de votre région (cf. coordonnées p. 19) ou consultez [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ».



# Le paiement de votre retraite

À compter du 9 de chaque mois, nous versons votre retraite à votre établissement financier. La somme que vous percevez ne concerne pas le mois en cours mais le mois précédent.

## exemple

La mensualité de janvier est payée à compter du 9 février. Si le 9 du mois est un samedi, un dimanche ou un jour férié, le paiement s'effectue le premier jour ouvré suivant.

**Le délai de virement sur votre compte dépend ensuite de votre établissement financier et de votre pays de résidence.**

Les avantages de vieillesse sont revalorisés chaque année le 1<sup>er</sup> avril (mensualité payée en mai). Le nouveau montant mensuel de votre retraite est alors visible sur votre relevé bancaire sous la dénomination « Pension revalorisée ».

**Nous n'adressons pas d'avis de paiement mensuel.**

Si vous êtes retraité de la caisse de retraite d'Alsace-Moselle, les dates de paiement de votre retraite sont différentes.

Consultez vos trois derniers paiements, en composant le **39 60** (0,09 euro la minute) ou depuis [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ».

## Notre engagement

*“ Nous veillons à assurer la continuité de vos ressources. ”*

# ● La déclaration fiscale

**Votre retraite est soumise à l'impôt sur le revenu.** Même si vous estimez être non imposable, vous devez établir votre déclaration de revenu.

Chaque année, nous vous envoyons un avis sur lequel figure le montant annuel imposable de votre retraite. Nous l'adressons également à la Direction générale des impôts pour établir votre **déclaration fiscale préremplie**. Conservez cet avis, il peut vous être utile pour justifier de vos revenus auprès d'autres organismes.

Pour recevoir votre avis de déclaration fiscale, signalez-nous tout changement d'adresse.

En cas de décès du retraité (cf. p. 12), si nous avons connaissance des héritiers, cet avis leur sera adressé.

Consultez le montant à déclarer aux impôts, en composant le **39 60** (0,09 euro la minute) ou depuis [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ».



## Mot clé

Les montants annuels de vos différentes retraites, rentes, etc. figurent sur cette **déclaration fiscale préremplie**. Vous n'avez qu'à vérifier les chiffres, à corriger si besoin et à compléter, avant de la renvoyer signée ou de la télé-déclarer.

# Vos obligations

Quelques règles sont à respecter afin de garantir le versement régulier de votre retraite.

## Changement de situation

Vous devez envoyer **un courrier** à votre caisse de retraite pour tout changement important :

- d'adresse (également possible sur [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ») ;
- de mode de paiement ou d'établissement financier (avant de clôturer votre compte, assurez-vous que votre retraite a bien été versée sur votre nouveau compte) ;
- de situation familiale ou d'état civil ;
- de ressources ;
- de reprise d'activité.

**Sans réponse à nos courriers (questionnaires de ressources, de situation, etc.), le paiement de votre retraite sera interrompu.**

## En cas de saisie

Si votre compte bancaire fait l'objet d'une saisie, demandez-nous une attestation de **la part insaisissable** de votre retraite. Adressez votre demande au service paiement de votre caisse de retraite. Cette attestation vous permettra de conserver une partie minimum de votre retraite. Vous avez **15 jours à partir de la notification de saisie** pour présenter à votre banque l'attestation de votre caisse de retraite. Les saisies pour pensions alimentaires ne sont pas concernées par cette règle.

## Notre engagement

*“ Nous vous garantissons des services personnalisés et performants. ”*

## Mot clé

**La part insaisissable** est une fraction de retraite qui ne peut être saisie. Elle est égale au montant du revenu de solidarité active (RSA).



Pour tout échange par courrier avec votre caisse de retraite, mentionnez vos numéros de retraite et de Sécurité sociale.

# ● La reprise d'activité

Après l'attribution de votre retraite, vous pouvez reprendre une activité professionnelle.

● Si vous avez obtenu toutes vos retraites personnelles des régimes de base et complémentaires (français, étrangers et organisations internationales) dont les droits sont ouverts, **vous pouvez cumuler intégralement** le revenu de cette activité avec votre retraite :

- **dès 60 ans**, si vous totalisez la **durée d'assurance** exigée pour le taux maximum (50 %) ;
- **à partir de 65 ans**.

● Si vous ne remplissez pas ces conditions, **le cumul est alors possible dans une certaine limite** : le total de vos retraites et de votre revenu d'activité ne doit pas dépasser la moyenne de vos trois derniers salaires (soumis à la CSG) ou 1,6 fois le Smic, si cette limite est plus favorable.

Lorsque la limite est dépassée, le paiement de la retraite est suspendu.

Vous devez attendre au moins six mois après le point de départ de votre retraite pour reprendre une activité salariée chez votre dernier employeur. Si vous reprenez votre activité avant ce délai, le paiement de votre retraite est suspendu. La reprise d'une activité salariée chez un nouvel employeur est possible dès le point de départ de votre retraite.

● **Vous pouvez poursuivre ou reprendre une activité non salariée** (artisanale, commerciale, libérale, etc.) ou **relevant d'un régime spécial** (fonctionnaires de l'État, magistrats de l'ordre judiciaire, militaires, fonctionnaires territoriaux et hospitaliers, ouvriers des établissements industriels de l'État, marins).



**BON  
à SAVOIR**

Dans le mois qui suit votre reprise d'activité salariée, vous devez impérativement :

- **informer, par écrit votre caisse de retraite ;**
- **fournir tous les éléments d'information et les pièces justificatives relatifs à cette reprise.**

## Mot clé

**La durée d'assurance** s'exprime en trimestre. Pour obtenir le taux maximum (50 %), il faut justifier d'un certain nombre de trimestres (tous régimes confondus) exigés selon votre année de naissance.

**Les revenus procurés par cette activité ne font pas obstacle au paiement de votre retraite du régime général.** Mais, si vous percevez une ou plusieurs retraites de ces régimes, renseignez-vous auprès de chacun d'entre eux.

Pour en savoir plus, appelez le service d'information retraite de votre région (cf. coordonnées p. 19) ou consultez [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ». N'hésitez pas à vous renseigner auprès de vos caisses de retraite complémentaire Agirc-Arrco pour avoir une information complète sur votre situation.



# Nous contacter

Afin de vous répondre rapidement, pensez à nous fournir les éléments nécessaires à votre identification.

Indiquez bien sur tous vos courriers, vos **nom de naissance, nom marital, prénom, date de naissance, numéro de Sécurité sociale, adresse et numéro de téléphone.**

Voici quelques formules dont vous pouvez vous inspirer :

**Je vous signale :**

● **mon changement d'adresse définitif :**

à compter du ..... j'habite maintenant .....

code postal ..... commune .....

● **mon changement de compte bancaire**

(je joins un relevé d'identité (original) bancaire ou de caisse d'épargne).

● **mon changement d'état civil ou de situation familiale**

(je joins un certificat de mariage, une copie du livret de famille mis à jour ou un jugement de divorce).

**Il vous est possible :**

- de contacter le service d'information retraite de votre région (cf. coordonnées p. 19) pour obtenir :
  - des informations générales,
  - les coordonnées de la structure d'accueil la plus proche de votre domicile.
- de consulter [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr) ou d'appeler le 39 60<sup>1</sup> (0,09 euro la minute).

## Notre engagement

*“ Nous sommes à votre écoute pour améliorer la qualité de nos services. Nous garantissons un accès simple et diversifié à nos services. ”*

<sup>1</sup> Depuis l'étranger, composez le +(33) 821 10 39 60, coût variable en fonction du pays d'appel. À compter du mois de juillet 2010, composez le +(33) 09 71 10 39 60.

# ● Que faire au décès du retraité ?

Le décès du retraité doit nous être signalé par l'envoi de la photocopie de son livret de famille mis à jour ou d'un bulletin de décès. Le numéro de Sécurité sociale du retraité décédé doit être reporté sur ce document.

Le conjoint ou l'ex-conjoint (même remarié) peut bénéficier, sous certaines conditions, d'une [retraite de réversion](#).

Nous vous guidons dans les démarches à accomplir et vous informons sur les prestations dont vous pouvez bénéficier sur un simple appel au service d'information retraite de votre région (cf. coordonnées p. 19).

Nous vous envoyons également notre guide veuvage sur simple demande. Vous pouvez également consulter [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Être veuf ou veuve ».

*“ En cas de difficultés, nous vous accompagnons dans vos démarches. ”*

## Mot clé

La [retraite de réversion](#) est versée, sous certaines conditions, au conjoint ou ex-conjoint d'un assuré décédé qui avait acquis des droits à retraite. Elle est égale à 54 % du montant de la retraite que percevait ou aurait perçu le conjoint ou ex-conjoint décédé. À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2010, une majoration de la retraite de réversion peut être accordée aux assurés âgés d'au moins 65 ans dont le montant mensuel des retraites est inférieur à 800 euros.

### IMPORTANT !

La retraite de réversion n'est pas attribuée automatiquement.  
Vous devez en faire la demande.

# ● L'action sociale pour les retraités

Vous rencontrez des difficultés dans votre vie quotidienne. En accord avec vous, nous pouvons vous proposer des aides adaptées qui vous permettent de continuer à vivre à domicile dans les meilleures conditions.

Nous pouvons ainsi, sous certaines conditions, vous soutenir en finançant partiellement des prestations : aménagement et adaptation du logement, hébergement temporaire ou accueil de jour, téléalarme, aides à domicile, etc.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Vous êtes retraité ? ».

*“ Nous mettons à votre disposition des services à chaque étape de votre vie. ”*



# Vos avantages : les exonérations

## Télévision

En fonction de votre âge, de vos ressources et de votre situation familiale, vous pouvez être dispensé(e) du paiement de la redevance. Contactez votre centre des impôts ou votre trésorerie.

## Impôts locaux et fonciers

Vous pouvez, sous certaines conditions, bénéficier d'exonérations ou de réductions de la taxe d'habitation et, si vous êtes propriétaire, de la taxe foncière. Adressez-vous à votre centre des impôts.

## Cotisations patronales, aide à domicile et chèque emploi-service

Vous pouvez être exonéré(e), sous certaines conditions, des cotisations patronales de Sécurité sociale pour l'emploi d'une aide à domicile. Cette exonération peut se cumuler avec la réduction d'impôts « emplois familiaux ».

### **Simplifiez-vous la vie avec le Cesu !**

Le chèque emploi-service universel (Cesu) a vocation à simplifier, pour le particulier employeur, ses démarches de déclaration d'un salarié employé à son domicile (ou dans sa résidence secondaire) pour des travaux de ménage, de repassage, de jardinage, d'assistance informatique, etc.

Vous adhérez au Cesu sur [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr) ou en demandant un formulaire à votre banque. Après avoir rémunéré votre employé par tout moyen à votre convenance (espèces, chèques, virement, titres Cesu préfinancés), vous déclarez son salaire, en toute simplicité, à l'aide du volet social au Centre national du Cesu (Cncesu). Plus de bulletin de paie à établir, le Cncesu s'en charge pour vous. Il envoie directement à votre salarié une attestation d'emploi et vous communique le montant des cotisations sociales qui sera prélevé sur votre compte bancaire.

### Encore plus simple sur [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr) :

- pour établir votre volet social prérempli des données de votre salarié ;
- pour recevoir immédiatement par mail la preuve que votre volet social a bien été enregistré ;
- pour simuler le montant des cotisations ;
- pour accéder à vos précédentes déclarations ou à votre attestation fiscale ;
- pour consulter les attestations d'emploi de vos salariés.

Plus de détails au 0820 00 23 78 (0,12 euro la minute) ou sur [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

*“ Dans chaque commune et département, des aides ou des services peuvent être mis à votre disposition. Informez-vous auprès de votre mairie. ”*



# Vos avantages : vie pratique

## Assurance maladie

Être retraité vous permet, ainsi qu'à votre conjoint ou concubin et à vos enfants à charge, de bénéficier du remboursement des frais médicaux et pharmaceutiques (le **versement forfaitaire unique** vous ouvre droit aux mêmes avantages).

**Pour bénéficier de ce remboursement, présentez votre notification d'attribution de retraite à votre caisse d'assurance maladie.**

### BON à SAVOIR

Vous pouvez également, sous certaines conditions, obtenir une aide pour financer votre complémentaire santé<sup>1</sup> :

- les ressources de votre foyer ne doivent pas dépasser un certain plafond ;
- vous devez résider en France de manière stable et régulière.

Le montant de cette aide varie en fonction du nombre et de l'âge des personnes composant votre foyer.

<sup>1</sup> Une complémentaire santé est une assurance qui permet de mieux rembourser vos frais de santé.

Pour en savoir plus, contactez votre caisse d'assurance maladie ou connectez-vous sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr).

## Mot clé

Lorsque le montant annuel de votre retraite, y compris les avantages complémentaires, est inférieur à un certain montant minimum, la retraite n'est pas payée mensuellement. Elle est payée en un **versement forfaitaire unique** (VFU) égal à quinze fois le montant annuel de la retraite.

## Logement

Sous certaines conditions :

- Vous pouvez bénéficier de l'allocation logement ou de l'aide personnalisée au logement. Contactez votre Caisse d'allocations familiales.
- Vous pouvez rester dans votre logement à l'expiration de votre bail de location. Adressez-vous à la Direction départementale de l'équipement (DDE) ou à votre Agence départementale pour l'information sur le logement (Adil).



## Transports

Vous pouvez bénéficier, sous certaines conditions, de réductions sur les transports en commun. Contactez votre Centre communal d'action sociale (coordonnées dans votre mairie).



## Voyages

La SNCF, les compagnies aériennes et maritimes consentent des réductions pour les usagers de plus de 60 ans. Renseignez-vous auprès des guichets SNCF ou dans les agences de voyages.



## Loisirs

Certains musées, expositions, théâtres, salles de spectacles et cinémas proposent des tarifs préférentiels aux retraités. Renseignez-vous sur place.



# Envie d'en savoir plus ?

## Vos sites utiles

### [lassuranceretraite.fr](http://lassuranceretraite.fr)

Suivi de votre dossier, consultation de votre montant à déclarer aux impôts, de vos trois derniers paiements, du calendrier de vos prochaines échéances, déclaration de changement d'adresse, de l'ensemble des services facilitant la vie à la retraite : santé et prévention, logement, dépendance, etc. et ceux de votre région.

### [caf.fr](http://caf.fr)

Demande d'allocation logement ou d'aide personnalisée au logement, téléchargement des formulaires, suivi de votre dossier et de vos versements.

### [service-public.fr](http://service-public.fr)

Portail de l'administration française s'enrichit avec [mon.service-public.fr](http://mon.service-public.fr) : simplification de votre relation avec les services publics, accès à une information adaptée à votre cas personnel, réalisation et suivi de vos démarches administratives. Ce site est accessible depuis [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr).

### [changement-adresse.gouv.fr](http://changement-adresse.gouv.fr)

Déclaration de changement d'adresse aux administrations (Caf, CPAM, Caisse de retraite, service des impôts, etc.).

### [ameli.fr](http://ameli.fr)

Suivi des remboursements de l'Assurance Maladie, téléchargement de formulaire et déclaration de médecin traitant.

### [urssaf.fr](http://urssaf.fr)

Réalisation des bulletins de salaire des aides à domicile, calcul des cotisations sociales, réalisation et envoi du volet social du chèque emploi-service.

### [impots.gouv.fr](http://impots.gouv.fr)

Déclaration, calcul et paiement des impôts en ligne, consultation de l'avis d'imposition.

**anil.org et logement.gouv.fr**

Informations sur le droit au logement et coordonnées des DDE et de l'Adil.

**Votre caisse de retraite régionale**

Depuis [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr), rubrique « Contactez votre caisse », vous pouvez accéder au site de votre caisse de retraite régionale.

Vous pouvez également joindre votre caisse de retraite par téléphone<sup>1</sup> (0,09 euro la minute).

**Alsace-Moselle**

Tél. : 0821 10 67 67

**Languedoc-Roussillon**

Tél. : 0821 10 34 34

**Aquitaine**

Tél. : 0821 10 33 33

**Martinique**

Tél. : 0820 22 25 55

**Auvergne**

Tél. : 0821 10 63 63

**Midi-Pyrénées**

Tél. : 0821 10 31 31

**Bourgogne-Franche-Comté**

Tél. : 0821 10 21 10

**Nord-Est**

Tél. : 0821 10 54 10

**Bretagne**

Tél. : 0821 10 35 35

**Nord-Picardie**

Tél. : 0821 10 59 59

**Centre**

Tél. : 0821 10 45 67

**Normandie**

Tél. : 0821 10 60 60

**Centre-Ouest**

Tél. : 0821 10 87 00

**Pays de la Loire**

Tél. : 0821 10 01 10

**Guadeloupe**

Tél. : 0821 10 97 10

**Réunion**

Tél. : 0821 10 97 40

**Guyane**

Tél. : 0821 10 97 30

**Rhône-Alpes**

Tél. : 0821 10 69 10

**Île-de-France**

Tél. : 0821 10 12 14

**Sud-Est**

Tél. : 0821 10 13 20

<sup>1</sup> À compter du mois de juillet 2010, le 39 60 devient le numéro unique des caisses de retraite régionales (coût d'un appel local).

**[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)**  
pour accéder aux informations et services  
en ligne sur votre retraite et votre dossier



**Allô retraite**

**39 60**

*0,09 euro la minute*

Le serveur vocal joignable  
24 heures sur 24, 7 jours sur 7