



Fédération Nationale  
des Retraités  
**CAISSE D'ÉPARGNE**  
GROUPE BPCE  
SECTION LANGUEDOC-ROUSSILLON

# GUIDE DE PRÉPARATION A LA RETRAITE



Fédération Nationale des Retraités Caisse d'Épargne 5 rue Masseran - 75007 PARIS  
Section Régionale Languedoc-Roussillon 54 rue Michel Teule BP 7330 – 34184 Montpellier Cedex

04

[fede.retraitesclr@gmail.com](mailto:fede.retraitesclr@gmail.com)



Le départ à la retraite est une étape importante de la vie. Il est donc recommandé de s'y préparer à l'avance.

A travers ce guide conçu pour vous, la Fédération Nationale des Retraités Caisse d'Epargne (FNRCE), section Languedoc-Roussillon souhaite :

- Vous accompagner lors de cette phase importante de votre vie,
- Vous faciliter l'accès à l'information,
- Vous aider dans vos démarches,
- Vous permettre de réussir pleinement votre passage à la retraite.

## LES COTISATIONS

En tant que salarié de la Caisse d'Epargne, vous êtes affilié au régime général  
Vous avez également cotisé (ou vous cotisez encore), avec la participation de votre entreprise, auprès des caisses de retraite complémentaires.

---

### NIVEAU 1 :

#### RETRAITE DE BASE DU REGIME GENERAL

L'Assurance Retraite gère la retraite du régime général de la Sécurité Sociale, retraite de base des salariés de l'industrie, du commerce et des services.

---

### NIVEAU 2 :

#### RETRAITE COMPLEMENTAIRE AGIRC-ARRCO

En tant que salarié du secteur privé, vous avez cotisé (ou vous cotisez encore), en association avec la Caisse d'Epargne, auprès d'une caisse de retraite complémentaire, l'AGIRC-ARRCO que vous soyez employé ou cadre.

La retraite AGIRC-ARRCO est complémentaire à la retraite de base versée par la Sécurité Sociale.

.../...

### NIVEAU 3 :

#### RETRAITES SUPPLEMENTAIRES :

- CGP MAINTIEN DE DROIT ET/OU
- EPS SUPPLEMENTAIRE

Vous avez cotisé (ou vous cotisez encore), avec votre employeur, à la Caisse Générale de Prévoyance (CGP), pour une ou deux retraites supplémentaires, selon que vous avez intégré le réseau des Caisses d'Épargne avant ou après le 1<sup>er</sup> janvier 2000.

**Ces trois régimes de retraite prévoient également une pension de réversion.**

#### **Contacts :**

➤ **Retraite de base :**

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

➤ **Retraite complémentaire :**

Groupe MALAKOFF HUMANIS – 21 RUE Laffite 75009 PARIS

[www.malakoffhumanis.com](http://www.malakoffhumanis.com) (espace retraite dédié)

[www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

Contacteur un conseiller retraite : 0970 660 660

➤ **Retraites supplémentaires EPS-Caisse Générale de Prévoyance :**

4/14, rue Ferrus - CS 80042 - 75683 Paris Cedex 14

Tél. : 01 44 76 12 00 [retraite.cgp@eps.caisse-epargne.fr](mailto:retraite.cgp@eps.caisse-epargne.fr)

.../...

## LES TRIMESTRES

Pour savoir où vous en êtes dans le cumul de vos trimestres de cotisations, il existe des documents d'information personnalisés.

### ➤ Le relevé de carrière :

Il s'agit d'un document émis par la C.N.A.V. qui récapitule les éléments de votre carrière qui serviront de base au calcul de votre retraite. A partir de 45 ans, vous pouvez demander votre relevé de carrière en vous adressant par courrier à votre caisse régionale de retraite, dans un point d'accueil retraite, **ou mieux, via internet** ([www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)).

### ➤ Le relevé de situation individuelle :

Il récapitule l'ensemble des droits obtenus dans les différents régimes dont vous relevez ou avez relevé. Il est adressé **automatiquement** aux assurés âgés de 35, 40, 45 et 50 ans. Si vous ne l'avez pas reçu, vous pouvez en faire la demande à tout moment, par courrier ou voie électronique ([www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)).

### ➤ L'estimation indicative globale :

Elle reprend les mêmes éléments que le relevé de situation individuelle, auxquels s'ajoute une estimation du montant de la retraite à différents âges de départs possibles. Pour la recevoir, vous devez la demander comme ci-dessus.



**ATTENTION !** La demande d'informations auprès de votre caisse de retraite ne constitue pas une demande d'ouverture de droits.

## Calcul de l'âge de départ à la retraite :

Année de naissance	Age minimum de départ	Durée pour taux plein
1960	62 ans	167
Du 01/01 au 31/08/1961	62 ans	168
Du 01/09 au 13/12/1961	62 ans + 3 mois	169
1962	62 ans + 6 mois	169
1963	62 ans + 9 mois	170
1964	63 ans	171
1965	63 ans + 3 mois	172
1966	63 ans + 6 mois	172
1967	63 ans + 9 mois	172
A partir de 1968	64 ans	172



Une reconnaissance de travailleur handicapé peut vous faire bénéficier de conditions particulières, signalez-le à la CARSAT.

.../...

## Possibilité de départ anticipé pour carrière longue

À partir du 1<sup>er</sup> septembre 2023, 4 âges de départ anticipé à la retraite pour carrière longue sont prévus pour ceux qui ont un nombre suffisant de trimestres cotisés (qui dépend de votre date de naissance : 172 trimestres à partir de la génération de 1965) :

- 58 ans si vous avez commencé à travailler avant 16 ans ;
- 60 ans si vous avez commencé à travailler avant 18 ans ;
- 62 ans si vous avez commencé à travailler avant 20 ans ;
- 63 ans si vous avez commencé à travailler avant 21 ans.

**Un calendrier progressif est prévu pour les personnes nées entre le 1<sup>er</sup> septembre 1961 et le 31 décembre 1969 ayant commencé à travailler à 20 ans.**

### Age de départ en retraite anticipée pour un début d'activité à 20 ans

Année de naissance	Age de départ en retraite anticipée
Du 01/09 au 31/12/1963	60 ans et 3 mois
1964	60 ans et 6 mois
1965	60 ans et 9 mois
1966	61 ans
1967	61 ans et 3 mois
1968	61 ans et 6 mois
1969	61 ans et 9 mois
1970	62 ans

## LA DEMARCHE A SUIVRE POUR PRENDRE VOTRE RETRAITE

- Vous devez informer 6 mois avant votre entreprise de votre date de départ (hiérarchie + Direction des Ressources Humaines). Vos jours de congés non pris et ceux figurant éventuellement dans votre compte épargne temps seront pris en compte afin que vous soit communiquée la date du dernier jour travaillé.
- Vous devez faire une demande auprès de votre caisse de retraite 6 mois avant la date de départ souhaitée. La notification de la CARSAT sera nécessaire pour que vos autres caisses de retraite puissent activer votre demande. Pour EPS-CGP les notifications CARSAT et ARRCO devront être fournies.
- Le délai de traitement de votre dossier par la caisse de retraite peut parfois être plus long que prévu. Il est donc nécessaire de disposer d'un pécule égal à 6 mois de revenus pour faire face à vos dépenses pendant la période comprise entre votre dernier salaire et votre 1<sup>er</sup> versement de pension.

## LA DEMARCHE A SUIVRE POUR BPCE MUTUELLE :

Le départ à la retraite marque la sortie du contrat groupe « Actifs » et la fin de la prise en charge à hauteur de 50 % par l'entreprise.

BPCE Mutuelle vous propose en tant que retraité d'adhérer à titre individuel à l'un des 3 contrats de la gamme « Atout – Santé – Vitalité » (ASV) :

- **ASV ESSENTIEL : des garanties essentielles et une protection efficace pour :**
  - Un accès aux soins de villes (Médecines courantes, Laboratoire, Radiologie, Auxiliaires Médicales...)
  - Une dépense mesurée sur les disciplines avec prise en charge (Optique, dentaire, hospitalisation...).
  
- **ASV OPTIMUM : des prestations étendues et des garanties renforcées pour :**
  - Une prise en charge optimale des dépenses courantes
  - Des remboursements élevés sur les soins les plus coûteux
  - Un accès forfaitaire aux médecines douces.
  
- **ASV PREMIUM : des prestations haut de gamme et des garanties optimales pour :**
  - Une prise en charge renforcée en cas d'hospitalisation
  - Un plafond de garantie augmenté pour les prothèses auditives et dentaires
  - La couverture des médecines douces étendue aux podologues et psychologues.

Vous trouverez l'essentiel des informations sur le site web <https://www.bpcemutuelle.fr> ou auprès des délégués BPCE Mutuelle élus au sein de la Fédération Nationale des Retraités Caisse d'Epargne (FNRCE), section Languedoc-Roussillon : [fede.retraitescelr@gmail.com](mailto:fede.retraitescelr@gmail.com).

## FEDERATION DES RETRAITES CAISSE D'EPARGNE

Pour vous accompagner en tant que futur retraité ou nouveau retraité, la FNRCE Languedoc-Roussillon est à votre écoute.

**Adresse électronique :** [fede.retraitescelr@gmail.com](mailto:fede.retraitescelr@gmail.com).

**Présidente :** Monique PEREZ BOUTAVIN 06 18 92 75 57

**Vice-président :** Jean-Pierre DELICHERE 06 01 12 38 22

**Site web :** <https://www.fnrce.fr>