

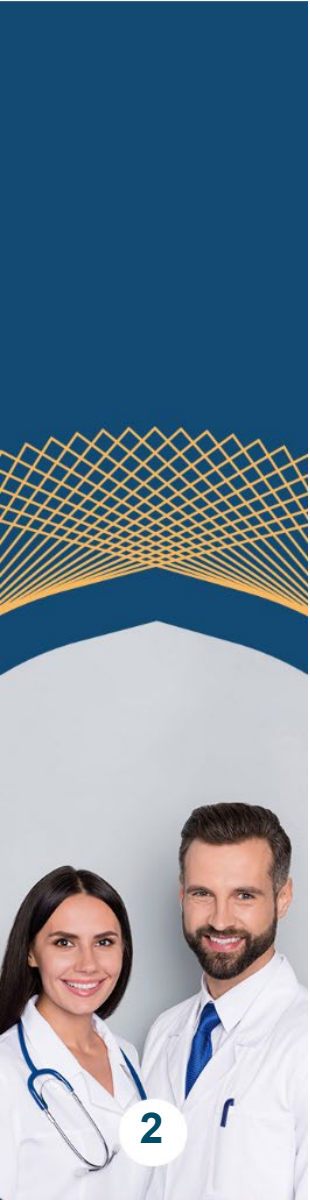


PRÉPARER SA RETRAITE

Anticiper pour mieux optimiser

Introduction

Préparer sa retraite le plus tôt possible permet de gagner en sérénité et surtout d'optimiser ses revenus futurs. L'objectif n'est pas seulement de connaître sa date de départ mais aussi d'agir en amont pour maximiser ses droits et son niveau de vie, et éviter d'éventuelles erreurs en faisant les bons choix.



Dates d'ouverture de la retraite en fonction de l'année de naissance

Départ en retraite

(après prise en compte LFSS 2026)

Date d'effet de la retraite de base selon la date de naissance

Années de naissance	Âge légal *	Nombre de trimestres requis pour le taux plein	Âge de départ à la retraite à taux plein*
1955 à 1957	62 ans	166	67 ans
1958 à 1960	62 ans	167	67 ans
01/01 – 31/08/1961	62 ans	168	67 ans
01/09 – 31/12/1961	62 ans et 3 mois	169	67 ans
1962	62 ans et 6 mois	169	67 ans
1963	62 ans et 9 mois	170	67 ans
1964	62 ans et 9 mois	170	67 ans
01/01 – 31/03/1965	62 ans et 9 mois	170	67 ans
01/04 – 31/12/1965	63 ans	171	67 ans
1966	63 ans et 3 mois	172	67 ans
1967	63 ans et 6 mois	172	67 ans
1968	63 ans et 9 mois	172	67 ans
1969 et suivantes	64 ans	172	67 ans

* au 1^{er} jour du trimestre civil suivant

La retraite de base

La date d'effet de la retraite est fixée au premier jour du trimestre civil qui suit la demande.

Retraite à taux plein

À partir de l'âge à taux plein (67 ans) ou en fonction du nombre de trimestres cotisés.

Retraite avec décote

Si vous prenez votre retraite avant l'âge légal à taux plein et que vous ne justifiez pas de tous les trimestres d'assurance requis tous régimes confondus, votre retraite de base sera minorée de **1,25 % par trimestres manquants** dans la limite de 20 trimestres soit 5 ans.

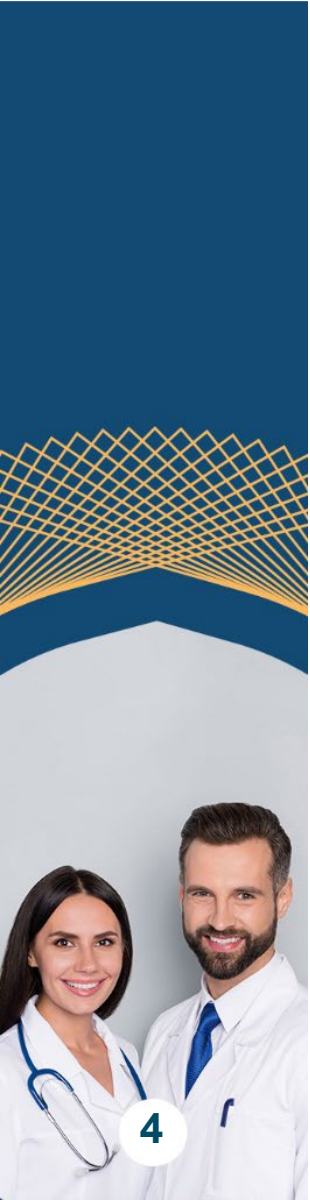
La décote définitive peut s'élever au maximum à **25 %**.

Retraite avec surcote

Si vous totalisez plus de trimestres d'assurance que le nombre requis tous régimes confondus, votre retraite sera majorée pour chaque trimestre cotisé.

La majoration sera définitive et s'élève à **1,25 % par trimestre accompli** au-delà du nombre requis.

10 % de majoration pour votre retraite à partir de 3 enfants.



Régimes complémentaire et ASV

Âge de départ à la retraite

Dès l'âge légal de la retraite

- ▶ À taux plein
- ▶ Avec majoration de + 13 % pour les cas d'inaptitude, ancien combattant ou grand invalide de guerre.

Au-delà de 62 ans

- ▶ Avec majoration de + 1,25 % par trimestre de report de la retraite de 62 à 65 ans, soit 5% par an.
- ▶ Avec majoration de + 0,75 % par trimestre de report de la retraite de 65 à 70 ans soit 3 % par an.

10 % de majoration pour votre retraite à partir de 3 enfants.

Pour l'ouverture des droits aux retraites des régimes complémentaires et ASV, le médecin doit être à jour des cotisations.

Acquisitions de points, trimestres et rachats pour 2026

Régimes	Nombres de points acquis en 2026	Trimestres acquis	Rachats de trimestres et de points
Base	557 points pour 48 060 € de revenus + 1 point par tranche de revenu de 9 612 € (25 points maximum) soit 582 points maximum	4 trimestres maximum par année civile	12 trimestres maximum Périodes rachetables : les années d'études supérieures et les années pour lesquelles vous avez acquis moins de 4 trimestres par an. Ces rachats permettent d'acquérir entre 105,4 points à 140,5 points.
RC	1 point par tranche de revenu de 14 602 € 11,52 points maximum		4 possibilités de rachat : Service national (0,33 points offert/trimestre) Maternité (0,33 points offert/trimestre) Enfant handicapé (0,33 points offert) /trimestre Années de dispense de cotisations (1 point offert/trimestre)
ASV	27 points + 1 point par tranche de 7 987,50 € de revenus soit 9,5 points maximum 36,5 points au total sur les deux tranches		Pas de rachats

Mettre à jour la carrière

Des erreurs ou des omissions peuvent apparaître (jobs d'été manquants, erreurs de revenus de référence), quand vous évaluez votre future retraite, qui peuvent sous-évaluer le calcul de votre future pension et reculer l'âge d'obtention de la retraite à taux plein.

Si vous avez **MOINS** de 55 ans

La régularisation complète n'est pas encore ouverte sur le site info-retraite. Vous pouvez, en cliquant sur « ma carrière », visualiser seulement les périodes « connues » et les périodes « à vérifier ».

Si vous avez **PLUS** de 55 ans

Vous avez accès aux services complets de régularisation sur le site info-retraite. Le service en ligne « Corriger ma carrière » transmet vos demandes de correction directement à l'ensemble de vos régimes de retraite. Vous pouvez notamment intégrer des justificatifs (bulletins de salaire, livret militaire)

Vous pouvez consulter le site « info-retraite » pour voir votre relevé de carrière, obtenir des simulations de retraite, déclarer des enfants et régulariser des anomalies auprès de vos régimes de retraite.

Calcul de retraite

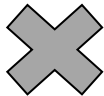


Pour chaque
régime

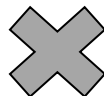
Montant de la retraite



Valeur du point



Nombre de points
acquis par cotisations



Éventuellement,
coefficients de décote (RB)

ou de surcote (RB, RCV, ASV)

Valeur des points 2026

Régime de base

0,6599 €

+ 10 % si le médecin a eu 3 enfants

Régime complémentaire

77,14 €

+ 10 % si le médecin a eu 3 enfants

Régime ASV

11,82 €

+ 10 % si le médecin a eu 3 enfants

Estimer sa retraite CARMF

Pour accéder au simulateur de retraite CARMF, il faut vous rendre sur **eCARMF** et vous connectez.

Les allocations sont calculées en fonction des points de retraite acquis aux différents régimes de retraite multiplié par la valeur du point.

Valeur des points au 1^{er} janvier 2026

Régime de base : **0,6599 €**

Régime complémentaire : **77,14 €**

Régime ASV : **11,82**

À savoir

Pour chaque régime :

Montant de la retraite

=

Valeur du point × Nombre de points acquis
par cotisations × Éventuellement, coefficients
de décote (RB) ou de surcote (RB, RCV,
ASV), majoration familiale éventuelle.

The screenshot shows the eCARMF website. At the top is the eCARMF logo and a navigation bar with links: VOTRE COMPTE, VOS DÉMARCHES, VOTRE RETRAITE, VOTRE PRÉVOYANCE, and CAPIMED. Below the navigation bar, there are two main sections. The left section is titled 'VOUS ÊTES DÉJÀ INSCRIT' and contains a login form with fields for 'Saisissez votre identifiant CARMF (sans espace)' and 'Saisissez votre mot de passe', each with a 'Mot de passe oublié ?' link. A 'Se connecter' button is at the bottom. The right section is titled 'C'est votre première visite' and contains a registration form with a 'S'inscrire' button. Below the registration form, there is a link 'Si vous êtes un Tiers déclarant pour le compte d'un médecin : Cliquez ici'. At the bottom of the page, there is a footer with links: Nous contacter, Mentions légales, and www.carmf.fr.

Estimer sa retraite CARMF

Une fois connecté, vous allez sur « accéder à l'espace votre retraite » puis sur « simulateur de retraite ».

e CARMF
L'espace retraite des médecins libéraux

VOTRE COMPTE VOS DÉMARCHES VOTRE RETRAITE VOTRE PRÉVOYANCE CAPIMED

Votre compte
Cette rubrique met à votre disposition les informations concernant vos cotisations à la CARMF
Situation de votre compte, règlements, attestation de mise à jour du compte...
[► Accéder à l'espace "Votre compte"](#)

Vos démarches
Cette rubrique met à votre disposition les informations concernant vos démarches auprès de la CARMF
Début et cessation d'activité, revenus professionnels, réductions de majorations de retard, aide sociale...
Déclaration de revenus d'activité indépendante 2019
[► Accéder à l'espace "Vos démarches"](#)

Votre retraite
Cette rubrique met à votre disposition les informations concernant votre retraite de la CARMF
Relevé de situation, simulateur de retraite, rachats, demande de retraite, allocations versées...
Votre relevé de situation individuelle en ligne (RISE)
[► Accéder à l'espace "Votre retraite"](#)

Votre prévoyance
Cette rubrique met à votre disposition les informations concernant votre prévoyance à la CARMF
Arrêt de travail, non-activité, prestations versées, droits en cas d'invalidité...
[► Accéder à l'espace "Votre prévoyance"](#)

e CARMF
L'espace retraite des médecins libéraux

VOTRE COMPTE VOS DÉMARCHES VOTRE RETRAITE VOTRE PRÉVOYANCE CAPIMED

Accueil > Votre retraite

Votre retraite

Cette rubrique met à votre disposition les informations concernant votre retraite de la CARMF
Relevé de situation, simulateur de retraite, rachats, demande de retraite, allocations versées...
Votre relevé de situation individuelle en ligne (RISE)

- Relevé de situation (trimestres et points)
- Relevé de carrière CARMF
- Simulateur de retraite**
- Rachats
- Demande de retraite
- Documentations à télécharger

Estimer sa retraite CARMF

[Accueil](#) > [Simulateur de retraite](#)

[A-](#) [A+](#) [PDF](#) [Imprimer](#)

Simulateur de retraite

IMPORTANT : Selon la loi du 20 janvier 2014, les assurés dont la première pension de base prend effet à compter du 1^{er} janvier 2015 doivent cesser toute activité salariée et non salariée. S'ils souhaitent néanmoins poursuivre ou reprendre leur activité :

- ils continuent à cotiser à leurs régimes de retraite ;
- ils ne peuvent plus acquérir de droits dans quelque régime légal de retraite que ce soit, de base ou complémentaire. Deux exceptions cependant :
 - les bénéficiaires d'une pension militaire ;
 - les médecins en cumul retraite activité / libérale intégral qui peuvent acquérir des droits au régime de base.
- ils doivent avoir liquidé tous les régimes de retraite auxquels ils cotisent faute de quoi l'exercice en cumul retraite/activité libérale s'effectuera avec limitations de revenus.

La liquidation de la première pension de vieillesse revêt un caractère irréversible et définitif.

**Vous pouvez cliquer sur les années
pour voir le détail par trimestre**

Dossier

Simulation (cliquez sur les dates pour voir les dates d'effet intermédiaires)									
Cliquez sur l'année pour le détail	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032
Régime de Base			10 429 €	11 386 €	12 383 €	13 419 €	14 494 €	15 609 €	16 763 €
Régime Complémentaire			29 797 €	31 845 €	33 679 €	35 564 €	37 500 €	39 486 €	41 050 €
Régime ASV			14 740 €	15 810 €	16 776 €	17 771 €	18 793 €	19 844 €	20 684 €
TOTAL BRUT de l'estimation	0 €	0 €	54 966 €	59 041 €	62 838 €	66 754 €	70 787 €	74 939 €	78 497 €
TOTAL Net de l'estimation (1)	0 €	0 €	49 984 €	53 668 €	57 120 €	60 679 €	64 345 €	68 120 €	71 354 €

Cette estimation ne vaut pas de
détenues, et intègre les modificati
1961.Elle présente à ce titre un caractère indicatif et provisoire.

**Les cases grisées du tableau indiquent des
montants qui intègrent le taux plein**

Estimer sa retraite avec eCARMF

Vous arrivez ensuite sur cette page qui vous montre
l'estimation de la retraite CARMF sur les années à venir.
Quand vous cliquez sur une année pour avoir le détail
par trimestre vous allez arriver sur la page ci-dessous.

[Accueil](#) > [Détails du simulateur de retraite](#)

[A-](#) [A+](#) [PDF](#) [Imprimer](#)

Détails du simulateur de retraite

[Retour au tableau global](#)

Dossier

	Régime de base			Régime complémentaire		Régime ASV		Total brut de l'estimation	Total net de l'estimation (*)
	Trimestres	Taux	Montant brut estimé	Taux	Montant brut estimé	Taux	Montant brut estimé		
01/01/2029	169	100,00%	12 638 €	120,25%	34 145 €	120,25%	17 022 €	63 805 €	57 999 €
01/04/2029	170	101,25%	12 896 €	121,00%	34 615 €	121,00%	17 270 €	64 781 €	58 886 €
01/07/2029	171	102,50%	13 156 €	121,75%	35 088 €	121,75%	17 519 €	65 763 €	59 779 €
01/10/2029	172	103,75%	13 419 €	122,50%	35 564 €	122,50%	17 771 €	66 754 €	60 679 €

La demande de retraite - Formalités (5 mois avant)

L'attribution de la retraite n'est pas automatique, deux possibilités :

**Demande de retraite
unique en ligne sur**



www.info-retraite.fr

Une seule démarche
à effectuer pour
l'ensemble des
régimes de retraite
obligatoires, de base
et complémentaire.



ou

**Demande auprès de chaque régime
de retraite dont vous avez relevé.**

Pour la CARMF :

la demande écrite doit être faite dans le courant
du semestre précédant la date d'effet choisie :

- ▶ au service allocataires
- ▶ ou sur votre espace personnel [eCARMF](#)

La demande de retraite Capimed est à formuler
séparément.

La date d'effet de la retraite ne peut être antérieure à la date de la demande.

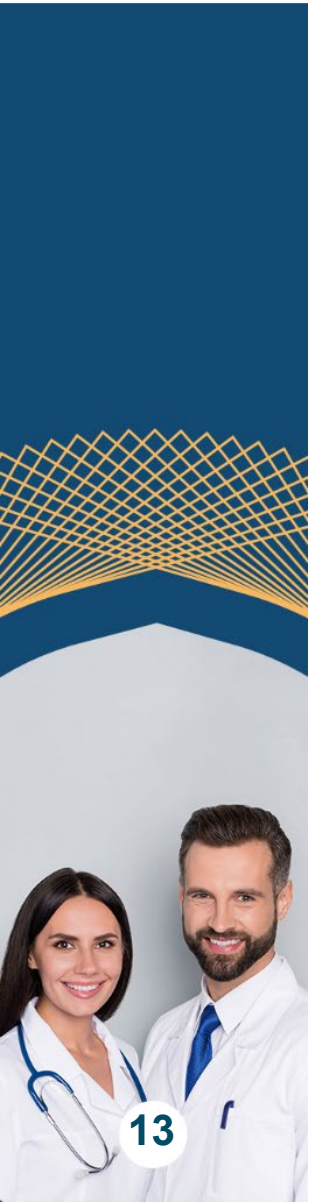
La demande de retraite - Formalités

Pièces justificatives à fournir :

- la déclaration de demande de retraite visée par le Conseil départemental de l'Ordre ;
- la photocopie complète du livret de famille ou, pour un médecin célibataire, la photocopie de la carte d'identité, et la photocopie des extraits d'actes de naissance des enfants ;
- une domiciliation bancaire ;
- un relevé de carrière en cas d'activités multiples, fourni par les autres caisses gérant les régimes de base pour établir le décompte des trimestres d'assurance acquis au titre de ces régimes.

En cas de retraite pour inaptitude, un certificat médical d'inaptitude détaillé, établi par le médecin traitant ainsi que, le cas échéant, la photocopie de la demande officielle de cette inaptitude.

Quand vous demandez votre retraite, vous devez impérativement prévenir toutes les administrations auxquelles vous êtes rattaché, notamment la CPAM, le centre des impôts, l'Urssaf, les mutuelles, le Conseil de l'Ordre.



Allocations moyennes versées par régime

Médecins retraités

Total des 3 régimes

3 007 € /mois^[1]

Base 678 € 23 %

Complémentaire 1 358 € 45 %

ASV 971 € 32 %

Conjoints survivants retraités

Total des 3 régimes

1 264 € /mois^[1]

Base 152 € 12 %

Complémentaire 707 € 56 %

ASV 404 € 32 %

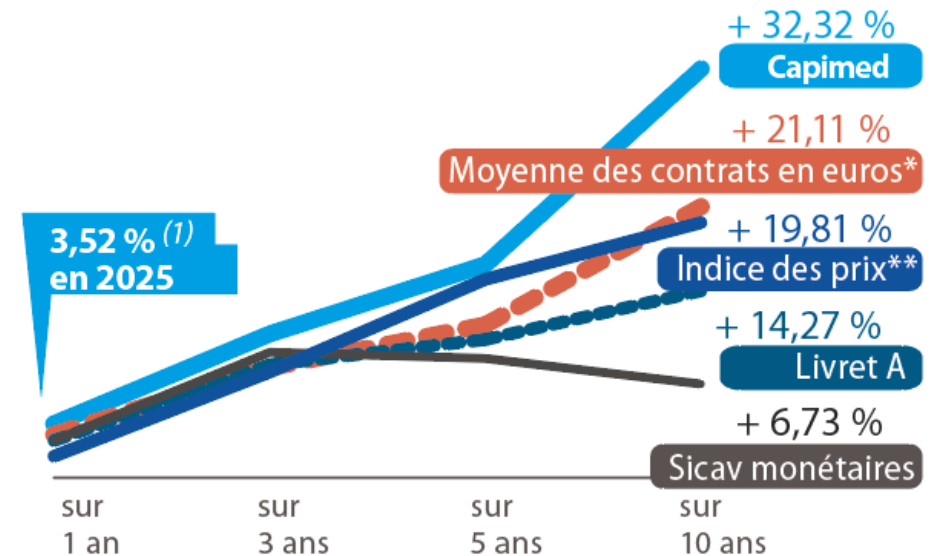
* Avant prélèvements sociaux : CSG, CRDS, CASA et impôts, base mars 2026.

Capimed : un plan d'épargne retraite performant

C'est un régime complémentaire de retraite en capitalisation réservé aux médecins libéraux et à leurs conjoints collaborateurs, qui permet de constituer une épargne complémentaire de retraite assortie d'un rendement parmi les plus attractifs du marché, tout en bénéficiant d'une déductibilité fiscale des cotisations.

- ✓ une défiscalisation immédiate ou différée
- ✓ des performances de premier plan
3,40 % en 2025
- ✓ de nombreuses options pour une sortie en rente ou en capital
- ✓ **0€** de frais de transfert vers Capimed
Simplifiez la gestion de vos contrats PER (provenant de vos versements volontaires) en les transférant gratuitement sur Capimed. Avec Capimed, vous adoptez une solution de gestion simple et transparente de votre épargne.

Rendements moyens comparés 2025



(1) Rendement moyen attribué en 2025 sur l'ensemble des contrats Capimed.

* Source France assureurs ** Hors tabac