

## "Quel sera le montant de ma retraite avec un salaire net de 3 000 € ?"

À l'approche de la retraite, il est crucial de comprendre combien vous percevrez pour anticiper votre budget. Avec un salaire net de 3 000 €, découvrez les calculs détaillés et les astuces pour optimiser votre pension grâce à l'expertise de Valérie Batigne, fondatrice du cabinet Sapiendo.



© Adobe Stock

### Au sommaire

- [Salaire net de 3 000 € : combien toucherez-vous à la retraite?](#)
- Comment calculer le futur montant de sa retraite (brut et net)?
- Comprendre le taux de remplacement pour estimer votre pension
- Nos calculs pour votre pension de base et complémentaire brut et net pour 3000 euros de salaire
- Les facteurs qui jouent sur le calcul de votre pension
- Les clés pour calculer votre retraite de base
  - Le salaire annuel moyen: comment le calculer
  - Vérifier le nombre de trimestres validés pour connaître votre taux: attention à la décote
  - Coefficient de durée d'assurance: nombre de trimestres acquis par rapport au nombre exigé
- Calculer sa retraite complémentaire pour un salaire de 3000 euros nets: le rôle des points
- Comment augmenter votre pension?
  - Une majoration pour famille nombreuse

- Chercher la surcote: travailler plus longtemps
- Comment optimiser vos revenus à la retraite?
- Le PER (Plan épargne retraite)
- L'Assurance-vie

## Salaire net de 3 000 € : combien toucherez-vous à la retraite?

Avec un salaire mensuel net de 3000 € hors prélèvement à la source (environ 3818 € brut) en 2024, d'après l'Observatoire des inégalités, **vous faites partie des 23 % de salariés les mieux rémunérés** (plus de 2980 € net par mois pour un temps plein). Lorsque ce salaire est celui que vous percevez en fin de carrière, vous vous interrogez naturellement sur le montant de la pension de retraite que vous allez percevoir. La réponse à cette question dépend de nombreux paramètres: âge de départ, nombre de trimestres acquis, nombre d'enfants, montant des revenus tout au long de votre carrière...

Pour rappel, en France, l'âge légal de départ à la retraite est progressivement relevé avec la dernière réforme des retraites, qui porte l'âge légal à 64 ans d'ici 2023. Selon le ministère des Solidarités, environ 40 % des retraités perçoivent une pension inférieure à 1 500 € net par mois, tandis que seuls 10 % atteignent ou dépassent les 3 000 €.

## Comment calculer le futur montant de sa retraite (brut et net)?

Le cabinet de retraite Sapiendo s'est livré à une simulation en prenant l'exemple d'une personne née en janvier 1963 qui a le nombre de trimestres requis pour sa génération (170 depuis la réforme de 2023). Si c'est votre cas, depuis la même réforme, vous pouvez désormais partir à la retraite à compter de 62 ans et 9 mois (l'âge légal), soit le 1er octobre 2025. Avec un salaire net de 3 000 € en fin de carrière, votre retraite brute annuelle totale (base + complémentaire) à taux plein s'élèvera à 28 494 €, soit 2 374,50 €/mois. Après cotisations sociales (y compris CSG, CRDS, CASA), le montant net mensuel sera de 2 152 €, avant impôts.

Comprendre le taux de remplacement pour estimer votre pension

Avec une future pension estimée à 2 152 € avant impôts, cela correspond à 72 % de votre salaire actuel, c'est ce qui s'appelle le taux de remplacement. Proportionnellement, votre retraite est inférieure à celle que vous percevriez si vous aviez un salaire de 1500 € en fin de carrière, de 2000 € ou de 2500 €. "En général, la perte de revenus à la retraite est plus forte pour ceux qui ont des revenus d'activité élevés en fin de carrière. En effet, comme la retraite de base est calculée par rapport au revenu moyen des 25 meilleures années, ce revenu moyen est en général bien plus bas que les salaires les plus récents", souligne Valérie Batigne, fondatrice et présidente de Sapiendo retraite.

## Nos calculs pour votre pension de base et complémentaire brut et net pour 3000 euros de salaire

Voici simulation pour une retraite à taux plein, avec un salaire net de 3000 € en fin de carrière

<b>Montant brut annuel de retraite</b>	<b>28 494 €</b>
Dont retraite de base du régime général	20 688 €
Dont retraite complémentaire Agirc-Arrco	7 806 €
Cotisations sociales (y compris CSG/CRDS/CASA)	- 2671 €
<b>Montant net annuel de retraite</b>	<b>25 823 €</b>
<b>Montant mensuel net</b>	<b>2 152 €</b>
Dont pension de retraite de base nette	1567 €
Dont retraite complémentaire nette	585 €
<b>Taux de remplacement</b>	<b>72 %</b>

## Les facteurs qui jouent sur le calcul de votre pension

Dans cet exemple, le résultat est obtenu en imaginant que:

- vous totalisez les 170 trimestres requis pour une retraite à taux plein
- vous avez une carrière linéaire intégrant une évolution annuelle de + 2,5 %
- vous avez commencé à travailler à l'âge de 20 ans
- vous n'avez pas à déplorer de "trous" dans votre carrière ( chômage, maladie, arrêt d'activité pour convenances personnelles...),

Que l'un de ces éléments change et le montant de votre pension s'en trouve modifié, selon des modalités différentes selon la caisse de retraite. En effet, dans le régime général des salariés, le mode de calcul de la retraite de base de l'Assurance Retraite et de la retraite complémentaire de l'Agirc-Arrco est très différent.

## Les clés pour calculer votre retraite de base

### Le salaire annuel moyen: comment le calculer

Le calcul de la retraite de base tient compte de la moyenne de votre salaire sur les **25 meilleures années** (salaire annuel moyen, dit SAM) et du nombre de trimestres validés, selon la formule suivante:

$SAM \times \text{taux} \times \text{nombre de trimestres acquis} /$

nombre de trimestres requis

Ces trois composantes du calcul peuvent affecter le montant de votre pension à la hausse ou à la baisse.

Dans notre exemple, nous avons imaginé que votre **salaire en fin de carrière** était de 3000 € net par mois (36 000 € net/an), soit 45 816 € brut. En prenant l'hypothèse d'un salaire revalorisé de 2,5 % sur toute la durée de votre carrière, cela correspond à un **salaire annuel moyen** de 41 376 € brut. Si nous avons pris l'exemple d'une personne dont le salaire annuel moyen était de 36 000 € net (45 816 € brut), le résultat aurait été plus élevé: retraite annuelle brute de base de 22 908 € au lieu de 20 688 €.

Vérifier le nombre de trimestres validés pour connaître votre taux: attention à la décote

Le **taux appliqué à votre salaire annuel moyen est au maximum de 50 % de votre salaire annuel moyen**. Il s'applique si vous avez **validé le nombre de trimestres requis** pour votre génération, mais aussi si vous avez atteint l'**âge du taux plein automatique** (67 ans) ou dans certains cas particuliers (inaptitude, invalidité...). Dans notre exemple, nous sommes partis du principe que vous aviez les 170 trimestres exigés pour les natifs de 1963. "Mais si vous n'avez pas validé l'ensemble des trimestres requis pour le taux plein, le taux de calcul de votre retraite sera minoré, on parle alors d' **une décote** . Cette minoration sera plus ou moins importante selon le nombre de trimestres manquants. Le montant de la pension est réduit de 1,25 % par trimestre manquant (ou 0,625 point, NDLR)", explique Valérie Batigne. Exemple: si vous liquidez votre retraite alors que vous n'avez pas atteint le nombre de trimestres exigé, une décote de 0,625 point s'applique par trimestre manquant. Ainsi, si vous n'aviez que 160 trimestres au lieu des 170 trimestres requis, le taux appliqué à votre SAM serait de 50 % - 6,25 (0,625 x 10), soit 43,75 %. Dans tous les cas, vous avez besoin de votre relevé de carrière pour calculer votre futur montant de retraite

Coefficient de durée d'assurance: nombre de trimestres acquis par rapport au nombre exigé

Dans l'exemple pris par le cabinet Sapiendo, vous justifiez du nombre de trimestres requis pour avoir le taux plein. La formule de calcul correspond donc au  $SAM \times 50 \% \times 170/170 = SAM \times 50 \% \times 1$ . Mais vous pourriez liquider votre retraite à l'âge légal, sans avoir le nombre de trimestres requis pour le taux plein. En partant du même exemple (SAM de 41 376 €), votre pension de retraite brute serait alors de 17 037 € ( $41\,376 \times 43,75 \% \times 160/170$ ). Vous pourriez aussi bénéficier du taux plein de 50 % (pour inaptitude, par exemple), sans avoir atteint le nombre de trimestres exigé. Dans le même exemple, votre pension de retraite brute serait alors de 19 471 € ( $41\,376 \times 50 \% \times 160/170$ ).

Si vous voulez simuler plus finement votre pension de retraite, vous pouvez-le faire dès maintenant via le simulateur M@rel de l'Assurance retraite. Nous vous expliquons comment faire dans cet article.

Calculer sa retraite complémentaire pour un salaire de 3000 euros nets: le rôle des points

La retraite complémentaire Agirc-Arrco est un **système par points** : vous obtenez un nombre de points variable selon chaque salaire perçu. Lorsque vous liquidez votre retraite, le nombre de points totalisé est multiplié par la valeur de service du point, fixée chaque année par la caisse complémentaire. Si vous ne totalisez pas le nombre de trimestres requis pour votre génération, un coefficient de minoration s'applique selon votre âge (le coefficient, fixé à 1 si vous avez tous vos trimestres, est diminué de 1 % par trimestre manquant pour les 12 premiers trimestres et de 1,25 % pour les trimestres suivants). En toute logique, plus votre salaire est élevé, plus la part de votre retraite complémentaire est élevée par rapport à votre retraite totale.

## Comment augmenter votre pension?

Certaines situations peuvent vous valoir une pension plus confortable, notamment si vous avez eu ou élevé au moins 3 enfants. Sinon, vous avez la possibilité d'augmenter votre pension en poursuivant votre activité au-delà du moment où vous totalisez le nombre de trimestres requis pour une retraite entière.

### Une majoration pour famille nombreuse

C'est le cas si vous avez eu et/ou élevé au moins 3 enfants : vous avez alors droit à 10 % de plus sur votre retraite de base et, pour la complémentaire, sur les points acquis depuis 2012. Le taux de majoration pour enfant est en revanche 5 % pour les points acquis entre 1999 et 2011 et dépend de l'ancien régime Arrco pour les points acquis avant 1999. Dans notre exemple, avoir 3 enfants vous vaudrait au moins 186 € de plus net par mois (156 € pour la retraite de base et au moins 30 € pour la complémentaire, en prenant l'hypothèse de points sont à 5 %), portant votre retraite mensuelle nette à 2 338 €, que vous soyez le père ou la mère.

## Chercher la surcote: travailler plus longtemps

Un moyen de percevoir une retraite plus importante est de poursuivre votre activité pendant quelque temps si c'est possible pour vous, sachant que votre employeur ne peut vous obliger à prendre votre retraite avant vos 70 ans. Si, après avoir atteint l'âge légal, vous validez plus de trimestres que le nombre requis pour votre génération, vous bénéficiez d'une surcote : une majoration de 1,25 % par trimestre validé au-delà du nombre requis.

## Comment optimiser vos revenus à la retraite?

### Le PER (Plan épargne retraite)

Le Plan d'épargne retraite (PER) se présente sous la forme d'un dispositif d'épargne à long terme, permettant de se constituer une retraite additionnelle tout en bénéficiant d'avantages fiscaux notables. Décliné sous deux formes principales, le PER individuel et PER entreprise (collectif ou obligatoire), et offrant une sortie en rente ou en capital, et des possibilités de retrait anticipé, il s'impose de plus en plus dans toute stratégie de préparation à la retraite.

## L'Assurance-vie

Un contrat d'assurance-vie est un très bon produit pour préparer au mieux sa retraite: il permet d'accumuler et gérer un capital en prévision de ce moment où vous ne travaillerez plus et que votre pension de retraite sera nécessairement plus faible que votre salaire. L'assurance-vie met à votre disposition, pour placer vos économies, des fonds en actions et en obligations, des supports investis dans l'immobilier (bureaux, entrepôts...), des Sicav monétaires, un fonds en euros à capital garanti, etc. Le jour venu, vous récupérez votre argent pour compléter votre pension dans de bonnes conditions fiscales.

Ainsi, la retraite n'a pas à être synonyme de baisse brutale de vos revenus. Planifiez dès maintenant pour vivre sereinement cette transition!