

Métropole de Lyon

« Un écart de 300 euros net mensuel en moyenne » : quels conseils pour optimiser sa retraite ?

Propos recueillis par Aurélien Marchand

Avec 700 000 départs à la retraite chaque année (pour 17 millions de retraités), Origami & Co (6 collaborateurs à Dardilly) accompagne principalement les dirigeants et cadres supérieurs dans leur stratégie de départ à la retraite. Marilyn Vilardebo, la fondatrice, fait le point.

À quel âge faut-il commencer à préparer sa retraite ?

« Sans parler d'épargne, il vaut mieux préparer son dossier retraite à partir de 50-55 ans. Malheureusement, les gens attendent trop souvent le dernier moment pour s'en préoccuper... Pourtant, on peut organiser une vraie stratégie retraite, surtout si l'on n'a pas eu de carrière "linéaire", par exemple pour les dirigeants d'entreprises, les professionnels libéraux (dans le médical), les expatriés... En outre, depuis trois ans, on a de plus en plus de demandes de salariés classiques qui s'en inquiètent. »

Quelle est l'erreur commise la plus fréquente ?

« Les idées reçues sont très nombreuses : attendre le dernier moment, tout comme prendre son relevé de carrière pour argent comptant... Et oublier qu'on peut aussi cumuler emploi et retraite. Sur ce point, prendre sa retraite ne signifie pas en effet : "J'arrête de bosser". Les médecins pensent aussi qu'ils ne peuvent pas prendre leur retraite avant 67 ans... De plus, les règles du cumul emploi retraite changent en 2027. Désormais, tous ceux ayant l'âge légal, ou l'ayant dépassé, ont intérêt à regarder leur dossier de près. »

Les Français connaissent bien leurs droits ?

« Non, car il faut dire que c'est compliqué. Cela change tout le temps, c'est un millefeuille de réformes. Il existe plus de 40 caisses de retraite et nos clients passent au moins par trois structures différentes. »

Qu'est-ce qui a changé depuis la dernière réforme des retraites ?

« Ce qui a changé, c'est l'âge légal pour certains. Par exemple, l'année 1965 est coupée en deux. Pour ceux nés jusqu'au 31 mars, l'âge légal est de 62,9 ans (170 trimestres). Pour ceux nés entre le 1er avril et le 31 décembre, c'est 63 ans (171 trimestres). Ensuite, cela avance de trois mois en trois mois (172 trimestres, etc.). Par ailleurs, pour les femmes ayant eu un enfant, le calcul n'est plus basé sur la moyenne des 25 meilleures années, mais celle des 24 meilleures (et 23 à partir de deux enfants), en sachant que celles-ci ne concernent que le régime de base de la Sécurité sociale. »

En moyenne, de combien baissent les revenus à la retraite ?

« On est entre 30 et 50 % du salaire en fin de carrière. Ceux qui ont la baisse la plus significative sont ceux qui ont de hauts revenus. »

Faut-il s'attendre à travailler plus longtemps ?



[page vals64 \(/Pdf/Thumb?](#)

[imageIndex=4&id=pdf%B720260310%B7PR_](#)
[P%B7vals64\).](#)

« Actuellement, on peut partir à 64 ans. On va probablement aller vers 65 ans. Donc forcément, l'âge du taux plein automatique (67 ans) sera décalé à 70 ans. C'est économique et démographique. On ne peut pas continuer à prendre sa retraite à 60 ans avec 1,77 travailleur pour 1 retraité. Le gel de la réforme des retraites, c'est de la poudre aux yeux face à la situation réelle. »

Le système de répartition est-il en danger ?

« Si on veut le préserver, il faut une réforme en profondeur. Un mix avec le système par capitalisation semblerait le bon moyen pour ne pas se retrouver sans retraite un jour. »

Vous constatez des différences entre les pensions dues et celles réellement perçues ?

« En moyenne, on constate un écart de 300 euros net chaque mois pour les personnes ne faisant pas appel à des experts. Ce qui n'est pas pris est perdu. C'est pourquoi il faut déterminer la date optimale à laquelle on peut prendre sa retraite, et pas uniquement le montant. »

On ne peut pas continuer à prendre sa retraite à 60 ans avec 1,77 travailleur pour 1 retraité.

Prendre sa retraite ne signifie pas en effet : "J'arrête de bosser"

Illustration(s) :

Marilyn Vilardebo a fondé le cabinet de conseil « sur-mesure » Origami & Co en 2017. Photo fournie

.

© 2026 Le Progrès. Tous droits réservés.

Le présent document est protégé par les lois et conventions internationales sur le droit d'auteur et son utilisation est régie par ces lois et conventions.

news-20260310-PR-fb60596a7c2645af8bcc1a4f751f443b