

Guide prévention *Pension*



#LALUXPrevention

Qu'elle soit toute proche ou encore lointaine, planifier votre retraite au Luxembourg demande de plonger dans un système solide et généreux, mais parfois complexe.

Âge légal, retraite anticipée, années d'études, « baby years », réforme à venir : entre les règles et leurs exceptions, il est facile de s'y perdre. Voici ce qu'il faut savoir pour anticiper votre départ à la pension.



QUAND FAIRE VOTRE DEMANDE DE PENSION ?

Âge légal pour partir en retraite : 65ans

Conditions à remplir

- Avoir travaillé et cotisé pendant **au moins 10 ans (120 mois)** au total au Luxembourg ou un autre pays de l'UE
- Avoir travaillé et cotisé pendant **minimum 12 mois au Luxembourg**

Au plus tôt : à partir de 57 ans

Conditions pour faire une **demande anticipée** :

- À **57 ans**, si vous totalisez **au moins 480 mois (40 ans)** de périodes d'assurance obligatoire
- À **60 ans**, si votre carrière totalise **480 mois (40 ans)** de périodes prises en compte dont **au moins 120 mois (10 ans)** d'assurance obligatoire
 - À partir du **1er juillet 2026**, cette durée de 40 années à l'âge de 60 ans est à prolonger de 1 à 8 mois de cotisation.

Remarque :

- Congé maternité et congé parental comptent comme périodes d'assurance obligatoire
- Les années d'études font partie des périodes prises en compte dans le calcul de la durée de la carrière



QUELLES DÉMARCHES FAUT-IL ENTREPRENDRE ?

Faites votre demande à l'avance

- Plusieurs mois avant la date envisagée du départ (même à 65 ans)
- Auprès de la Caisse Nationale d'Assurance Pension (CNAP)
- Frontaliers: présentez votre demande auprès de l'organisme compétent de votre pays de résidence, si vous n'avez jamais travaillé ailleurs qu'au Luxembourg, faites votre demande directement à la CNAP

Si vous avez travaillé dans plusieurs pays européens dont le Luxembourg

- En principe, vous pourrez recevoir une pension de la part de chaque pays dans lequel vous avez travaillé dès l'atteinte de l'âge de la pension fixé par ces pays. Le montant de chaque pension sera calculé en fonction de la durée de la période travaillée.



COMMENT CONNAÎTRE LE MONTANT DE VOTRE PENSION ?

- Il est calculé sur votre « carrière d'assurance », c-à-d le nombre d'années d'emploi accomplies et les cotisations versées. Votre carrière d'assurance est composée de périodes couvertes de cotisations et de périodes non couvertes de cotisations appelées périodes complémentaires (invalidités, étude, éducation des enfants, etc.).
- Montant minimum mensuel au Luxembourg pour 40 années : 2 436,04 € bruts (1er juin 2026).
- À partir de 55 ans, le montant estimatif de votre pension est mentionnée sur votre relevé de carrière annuel (sans périodes complémentaires, ni périodes de cotisation futures).



Estimez dès maintenant

Découvrez le [simulateur intelligent](#) de LALUX pour une estimation personnalisée de votre pension et ajustez votre stratégie de prévoyance.

Comment valoriser les baby years, les années d'études et autres périodes spéciales?

Découvrez plus de détails dans notre [Guide de la retraite au Luxembourg](#) sur le Blog LALUX.