

Demander et valider son certificat de vie (ou certificat d'existence) depuis le Cameroun

Cette fiche s'adresse aux Français résidant au Cameroun qui doivent fournir leur certificat de vie chaque année pour continuer à percevoir leur pension de retraite française.

Étape 1 : Se connecter à votre compte retraite en ligne

1. Rendez-vous sur le site www.info-retraite.fr ou www.lassuranceretraite.fr.
2. Connectez-vous à votre espace personnel via FranceConnect, en utilisant votre identité numérique (application YRIS ou autre moyen).
3. Dans votre espace, recherchez le service « Certificat de vie » ou « Certificat d'existence ».
4. Téléchargez et imprimez le certificat de vie prérempli.

Étape 2 : Faire valider le certificat de vie au Cameroun

Le certificat de vie doit être validé par une autorité locale compétente au Cameroun. Les autorités acceptées sont généralement :

- La gendarmerie ou la police locale
- La mairie (commune)
- Un notaire ou un officier public habilité

Conseil : Pour éviter tout retard, privilégiez la gendarmerie ou la mairie proche de votre domicile. Ils vérifieront votre identité (carte d'identité ou passeport) et apposeront un tampon officiel sur le document.

Étape 3 : Scanner et transmettre le certificat validé

1. Après validation, scannez le certificat de vie avec la signature et le tampon officiel.
2. Retournez sur votre espace retraite en ligne.
3. Accédez au service permettant de transmettre votre certificat de vie.

4. Téléchargez la version scannée du certificat validé.
5. Validez l'envoi.

Étape 4 : Suivi et confirmation

- Vous pouvez suivre l'état de la validation de votre certificat de vie dans votre espace personnel.
- Une fois validé, vous recevrez une confirmation indiquant que votre pension sera maintenue.

Étape 5 : Fréquence obligatoire

Important : Vous devez transmettre un certificat de vie validé **chaque année** pour continuer à percevoir votre pension de retraite. Sans ce document annuel, le versement de votre pension peut être suspendu.

Étape 6 : En cas de difficulté

Si vous ne pouvez pas effectuer ces démarches en ligne ou si vous avez besoin d'aide, vous pouvez contacter :

- **La CNAV (Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse) en France :**
Téléphone : +33 9 71 10 39 60 (appel international)
Horaires : Du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h00 (heure française)
- **Le consulat de France au Cameroun** peut aussi vous assister en cas de problème particulier.

À savoir

- Conservez une copie numérique et papier du certificat validé pour vos archives.
- La validation locale est obligatoire pour éviter toute interruption du versement de votre retraite.