

65岁以后继续工作：一份工资对保证收入补助金、老年保障金和CPP有什么影响

在保证收入补助金（GIS）的计算中，工资和自雇收入有特别待遇：头\$5,000不算，接下来\$10,000的一半也不算。老年保障金回收税没有这种豁免；至于工作收入的CPP供款，已经在领取CPP的人到65岁就可以自己选择是否继续供款。

最后核对日期: 2026-10-06. 在线阅读: <https://oasguide.ca/zh-hans/library/working-after-65-benefits>

保证收入补助金不计入您工作收入的一部分

保证收入补助金（GIS）是发给领取老年保障金（OAS）、收入较低人士的月度款项。大多数其他收入都会让它减少。2026年10月至12月，单身人士最高可领每月\$1,138.90，单身人士的收入上限是2025年收入\$23,112。¹ 上限这么低，连一份兼职工作看起来都好像会让这笔款项断掉。

法律对工作所得的处理和其他收入不同。《老年保障金法》先从一个人的就业收入和自雇收入合计中减去头\$5,000。如果这些收入高于\$5,000，还会再减去超过\$5,000那部分的一半，最多再减\$5,000。² 所以最多可以不计入\$10,000，而收入达到\$15,000时就到了这个上限。收入超过\$15,000的每一元钱，都要全额计入。

在计算这项豁免之前，法律还会先减去工作者自己缴的CPP供款和就业保险（EI）保费。² 退休金，包括CPP退休金，完全没有豁免。这项特别待遇只适用于靠工作赚来的钱，不论是替雇主工作，还是自己做生意。

用一个例子看看兼职工资有多少会计入

下面的数字只是举例说明，不是任何人福利的实际计算。假设一位单身人士一年的工资收入是\$12,000，而且没有CPP供款或就业保险保费可以扣除。豁免分三步计算：

- 头\$5,000不计入。
- 接下来的\$7,000是超过头\$5,000的部分，其中一半，即\$3,500，也不计入。
- 这样，\$12,000中就只剩\$3,500算作保证收入补助金的收入。

在这个例子里，这份工资有超过70%根本不会进入保证收入补助金的计算。计入的\$3,500随后会加上这个人的退休金或投资收入，加拿大服务局再按总额算出保证收入补助金。

工资要到一年之后才反映在保证收入补助金上

保证收入补助金每年根据您的联邦报税表重新审核，七月会有一封信通知福利是否续发、金额是多少。³ 因此，2026年做的工作不会改变2026年发放的保证收入补助金。它改变的是2026年报税表提交之后开始的款项。

这个时间差也会反过来起作用。因为退休而收入下降的人，可以致电加拿大服务局。加拿大服务局说明，在这种情况下，它可以按当年的估算收入来定款项，而不用上一年的收入。³ 保证收入补助金始终和报税表挂钩，所以每年在4月30日之前报税，可以让款项不中断。³

老年保障金回收税把工作收入的每一元都算进去

收入较高的人适用另一条规定。老年保障金回收税，常被称为clawback（回收），会把净收入超过每年门槛那部分的15%收回。⁴ 2025年收入的门槛是\$93,454。就2026年的收入而言，65岁至74岁人士的退款区间是\$95,323至\$155,320。¹⁴

在这项测算中，工资没有任何一部分可以排除在外。工资、退休金和投资收入都属于净收入。一个有\$90,000退休金的人，再做一份年薪\$15,000的工作，就会比2026年的门槛高出\$9,677。按15%计算，那一年大约要退回\$1,452的老年保障金。这个例子只是举例说明，只用了已公布的税率和门槛。

65岁以后到70岁之前，CPP供款是可以选择的

领取CPP退休金并继续工作的人，到65岁之前必须向CPP供款。⁵ 在65岁到70岁之间，他可以选择停止供款。雇员的做法是填写CPT30表格，给每一位雇主一份副本，并把正本寄给加拿大税务局（CRA）。这项选择从雇主收到副本之后那个月的第一天起生效。⁶

自雇人士在报税表的附表8上作同样的选择。如果选择从2025年开始生效，截止日期是2027年6月15日。⁶ 选择在作出的同一个日历年内不能撤回，并且一直有效到70岁。⁶ 所有人到70岁都停止供款。⁵

2026年，雇员对\$3,500至\$74,600之间的收入按5.95%供款，雇主按同样的比率供款。⁷ 全年收入的头\$3,500称为基本豁免额，不需要供款。⁷ 在这个区间内，2026年的最高供款额是雇员\$4,230.45，自雇人士\$8,460.90。⁷

65岁以后的供款可以换来退休后福利

在领取CPP期间每供款一年，就可以获得一份退休后福利（PRB），也就是CPP退休金的一笔小额终身增加。它从第二年的一月开始发放，不需要申请。⁸ 2026年，65岁人士的退休后福利最高为每月\$54.69。截至2026年7月，65岁新领取者的退休后福利平均为每月\$26.25。⁹

对领取保证收入补助金的人来说，这个选择有两方面的影响。CPP供款本身会在计算保证收入补助金之前从收入中扣除。但后来产生的退休后福利，属于CPP退休金的一部分，而法律对CPP退休金款项不给任何豁免。² 要不要提交CPT30表格，取决于年龄、健康状况、工作收入和其他收入；税务顾问或加拿大服务局可以就具体情况把这些数字算一遍。

在接受一份工作或决定CPP供款之前，致电加拿大服务局1-800-277-9914，可以确认这些收入在您自己的档案里会怎样计算。

注释

1. Government of Canada (Employment and Social Development Canada), “Maximum Benefit Amounts and Related Figures: CPP (2026) and OAS (October to December 2026)”, page modified 2026-09-29. <https://www.canada.ca/en/employment-social-development/programs/pensions/pension/statistics/2026-quarterly-october-december.html> (访问日期 2026-10-06)

2. 请看第2条中“收入”（income）的定义：(a)项关于CPP供款和就业保险保费，(b.1)项关于就业收入和自雇收入的扣除，后者适用于2020年6月之后各月的福利。扣除项目的名单不包括CPP退休金款项。Justice Laws Website (Government of Canada), “Old Age Security Act (R.S.C., 1985, c. O-9)”, Act current to 2024-11-26 and last amended on 2022-06-23. <https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/acts/o-9/page-1.html> (访问日期 2026-10-06)

3. Government of Canada, “Guaranteed Income Supplement: Receiving your benefit”, page modified 2026-05-26. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/old-age-security/guaranteed-income-supplement/while-receiving.html> (访问日期 2026-10-06)

4. Government of Canada, “Old Age Security pension recovery tax”, page modified 2026-09-29. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/old-age-security/recovery-tax.html> (访问日期 2026-10-06)

5. Government of Canada, “Canada Pension Plan Post-Retirement Benefit (PRB) - Eligibility”, page modified 2026-01-09. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp.html>

p-post-retirement/eligibility.html (访问日期 2026-10-06)

6. Canada Revenue Agency, “Canada Pension Plan (CPP) contributions for CPP working beneficiaries” , page modified 2026-01-20. <https://www.canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/cpp/canada-pension-plan-cpp-contributions-cpp-working-beneficiaries.html> (访问日期 2026-10-06)

7. Canada Revenue Agency, “CPP contribution rates, maximums and exemptions” , page modified 2025-10-31. <https://www.canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/businesses/topics/payroll/payroll-deductions-contributions/canada-pension-plan-cpp/cpp-contribution-rates-maximums-exemptions.html> (访问日期 2026-10-06)

8. Government of Canada, “Canada Pension Plan Post-Retirement Benefit (PRB) - Apply” , page modified 2022-06-02. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-post-retirement/apply.html> (访问日期 2026-10-06)

9. Government of Canada, “Canada Pension Plan Post-Retirement Benefit (PRB) - How much could you receive” , page modified 2026-09-29. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-post-retirement/benefit-amount.html> (访问日期 2026-10-06)

OAS Guides 是一个独立的信息服务网站。我们不属于加拿大政府或加拿大服务局（Service Canada），与它们也没有任何关系。本文只提供一般信息，不是法律或理财建议。我们不能保证任何申请或上诉的结果。福利金额通常每三个月调整一次；本文注明了我们最后核对的日期。