

Retraite : vérifiez vos trimestres avant de fixer votre date

Ce PDF vous aide à savoir rapidement où vous en êtes : âge légal, taux plein, trimestres requis et points à contrôler dans votre relevé de carrière. L'objectif est simple : partir au bon moment, avec un dossier clair et sans mauvaise surprise.

Au sommaire

- 1 À vérifier avant de demander votre retraite
- 2 Repères de trimestres selon l'année de naissance
- 3 Comment vérifier votre relevé de carrière
- 4 Ce qu'il faut garder en tête
- 5 Documents utiles à réunir

i Le point clé à retenir

Pouvoir partir à l'âge légal ne veut pas toujours dire partir au taux plein. La vraie question est donc : avez-vous déjà le nombre de trimestres demandé pour votre génération, ou manque-t-il encore quelques trimestres à corriger ou à compléter ?

À vérifier avant de demander votre retraite

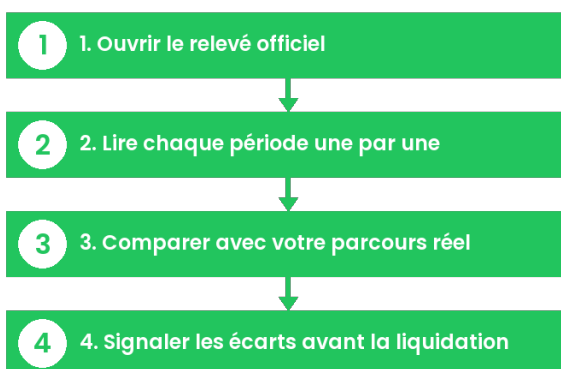
- ☐ **Identifier votre année de naissance exacte**
Le seuil de trimestres dépend de votre génération, pas seulement de votre âge actuel.
- ☐ **Comparer votre total de trimestres au seuil requis**
Vérifiez si vous êtes au niveau attendu pour viser le taux plein.
- ☐ **Contrôler votre relevé de carrière**
Cherchez les périodes manquantes, les doublons ou les oublis de régime.
- ☐ **Séparer trimestres cotisés, validés et assimilés**
Un trimestre validé n'est pas toujours un trimestre effectivement travaillé.
- ☐ **Repérer les périodes sensibles**
Chômage, maladie, maternité, service national ou temps partiel peuvent modifier le total.
- ☐ **Rassembler les justificatifs utiles**
Gardez vos bulletins de salaire, attestations et relevés de situation à portée de main.
- ☐ **Demander une correction tôt si besoin**
Plus vous attendez, plus il devient difficile de retrouver les preuves.

Repères de trimestres selon l'année de naissance

Année de naissance	Trimestres requis pour le taux plein
1958 à 1960	167

Année de naissance	Trimestres requis pour le taux plein
1er janvier 1961 au 31 août 1961	168
1er septembre 1961 au 31 décembre 1961, puis 1962	169
1963 au 31 mars 1965	170
1er avril 1965 au 31 décembre 1965	171
1966 à 1968	172
À partir de 1969	64 ans et 172 trimestres, à vérifier selon votre situation

Comment vérifier votre relevé de carrière



1. Ouvrir le relevé officiel

Connectez-vous à votre espace retraite sur Info-Retraite et téléchargez la version complète du relevé de carrière.

2. Lire chaque période une par une

Ne regardez pas seulement le total final : contrôlez année par année les emplois, salaires reportés et trimestres validés.

3. Comparer avec votre parcours réel

Reprenez votre carrière dans l'ordre pour vérifier que le document raconte bien la même histoire que votre vie professionnelle.

4. Signaler les écarts avant la liquidation

Si une période manque ou semble incorrecte, préparez vos justificatifs et demandez la correction avant votre départ.

Ce qu'il faut garder en tête

■ L'âge légal ouvre le droit de partir, mais pas forcément au taux plein.

■ À 67 ans, la retraite est au taux plein quel que soit le nombre de trimestres d'assurance.

■ Avant 67 ans, un manque de trimestres peut entraîner une décote.

■ Vous pouvez valider au maximum 4 trimestres par an.

Le relevé de carrière est le document de base à vérifier en premier.

! Si des trimestres manquent

Trois options existent en pratique : faire corriger une erreur, faire reconnaître une période assimilée ou étudier un rachat de trimestres. Le bon choix dépend du nombre de trimestres manquants, du temps qu'il vous reste et de votre situation personnelle.

Documents utiles à réunir

Préparez, si possible, vos bulletins de salaire, attestations employeur, relevés France Travail, certificats liés à la maladie, preuves de maternité ou paternité et documents concernant le service national. Ces pièces servent à appuyer une correction de carrière et à sécuriser votre dossier avant toute demande de départ.

Repères à titre indicatif d'après l'article : les règles exactes dépendent de votre date de naissance, de votre carrière et de vos régimes de retraite. Vérifiez toujours votre situation personnelle avant de déposer votre demande.