

Votre mémo pour viser le taux plein sans mauvaise surprise

Avant de déposer votre demande, vérifiez vos trimestres pour la retraite avec méthode. Ce mémo vous aide à repérer le seuil qui vous concerne, les périodes qui peuvent compter et les points à corriger en priorité.

Au sommaire

- 1 Le repère essentiel
- 2 Seuils à garder en tête
- 3 Contrôle rapide de votre dossier
- 4 Ce qui peut compter dans vos trimestres pour la retraite
- 5 Que faire si le compte n'y est pas ?

Le repère essentiel

Le bon calcul ne se limite pas à l'âge de départ. Pour partir à taux plein avant 67 ans, il faut surtout atteindre la durée d'assurance requise, qui varie selon votre année de naissance. Dans les repères cités ici, elle va de 167 à 172 trimestres.

Seuils à garder en tête

Situation	Repère utile
Durée d'assurance requise selon les générations citées	167 à 172 trimestres
Âge charnière	À 67 ans, le taux plein devient automatique
Rythme maximal de validation	Jusqu'à 4 trimestres par an
Règle de prudence	Vérifier son relevé avant de demander la retraite

Contrôle rapide de votre dossier

- ☐ **Vérifier votre relevé de carrière année par année**
Cherchez les oublis, les changements d'employeur, les périodes à temps partiel ou les passages entre régimes.
- ☐ **Comparer le relevé avec vos justificatifs**
Rassemblez bulletins de salaire, attestations chômage, maladie ou maternité si besoin.
- ☐ **Repérer les années incomplètes**
Identifiez les trimestres manquants avant de faire votre demande.
- ☐ **Vérifier si des périodes assimilées peuvent compter**
Certaines interruptions peuvent valider des trimestres selon les règles du régime.
- ☐ **Corriger un oubli dès qu'il est détecté**
Un trimestre manquant peut venir d'une erreur administrative et pas d'un vrai manque de droits.

Ce qui peut compter dans vos trimestres pour la retraite

Un trimestre cotisé vient d'une activité soumise à cotisations.

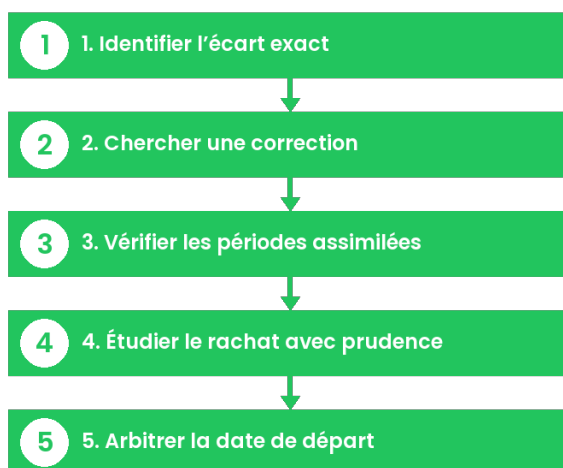
Un trimestre validé est le terme générique retenu sur le relevé de carrière.

La retraite complémentaire obéit à d'autres règles et fonctionne avec des points.

Un trimestre assimilé peut être validé sans salaire continu, selon une période reconnue.

La durée d'assurance additionne les trimestres pris en compte pour la retraite de base.

Que faire si le compte n'y est pas ?



1. Identifier l'écart exact

Compte-t-il un ou plusieurs trimestres en moins ? Regardez d'abord où se situe le manque et sur quelles années il porte.

2. Chercher une correction

Si le trimestre manque à cause d'une erreur, demandez une régularisation avec les pièces justificatives.

3. Vérifier les périodes assimilées

Chômage indemnisé, maladie, maternité, service militaire ou congé parental peuvent parfois réduire le déficit.

4. Étudier le rachat avec prudence

Si le manque est réel, comparez le coût du rachat au gain concret sur votre situation.

5. Arbitrer la date de départ

Avant 67 ans, partir sans la durée requise peut entraîner une décote. Attendre peut parfois être plus avantageux.

! Point de vigilance

Partir à l'âge légal ne suffit pas toujours à obtenir le taux plein. Si vous n'avez pas assez de trimestres pour la retraite, le montant peut baisser avant 67 ans. Le bon réflexe est de vérifier votre relevé tôt, pas au dernier moment.

Ce mémo synthétise l'article et ne remplace pas une vérification personnalisée de votre relevé de carrière ou des règles de votre régime.