



## Je prépare mon départ à la retraite

- ✓ Points de repères
- ✓ Vérification de ma carrière
- ✓ Mes démarches

*Nous vous proposons ce dossier pour vous permettre de mieux vous repérer dans vos droits. Comme beaucoup, vous vous interrogez sur le meilleur moment pour partir en retraite, sur l'estimation de votre pension de retraite et surtout si celle-ci sera correctement calculée. En effet, la cour des comptes a estimé en 2023 que 14% des pensions liquidées en 2022 comportaient des erreurs.*

*Ce dossier n'a pas vocation à remplacer les services des différents régimes de retraites mais il vous donnera quelques clés nécessaires à la compréhension de vos droits, et vous permettra de vous orienter vers les bonnes ressources.*

## POINTS DE REPERES

### A. A quel âge puis-je partir en retraite ?

La réforme de 2023 a bougé l'âge possible de départ en retraite. Tout dépend de votre année de naissance. Avant l'heure, ce n'est possible que sur des situations particulières (carrières longues, difficultés de santé de type invalidité, catégories très particulières de la Fonction Publique dites actives ou super actives ...).

Année de naissance	Age d'ouverture des droits à retraite = âge légal
01/01 au 31/08/1961	62 ans
1/09 au 31/12/1961	62 ans 3 mois
1962	62 ans 6 mois
1963	62 ans 9 mois
1964	63 ans
1965	63 ans 3 mois
1966	63 ans 6 mois
1967	63 ans 9 mois
1968 et au-delà	64 ans

## B. Trimestres ? De quoi parle-t-on ?

Vous pouvez partir en retraite, si vous avez atteint l'**âge légal** (ouverture des droits) même si vous n'avez pas le nombre de trimestres demandés. En effet, ces trimestres appelés **durée d'assurance tous régimes** sont comptabilisés pour déterminer si votre pension sera à **taux plein** ou avec une minoration en % appelée **décote**. La **décote** est une minoration **définitive**.

Il s'agit donc de trimestres cotisés ou assimilés (périodes prises en compte par le chômage indemnisé, la maladie) avec parfois des bonifications (pour les femmes, ce sont des trimestres pour enfants).

Pour le régime général, un trimestre est validé quand un revenu de 150 fois le Smic horaire brut (au 1er janvier de l'année concernée, et dans la limite du plafond de la sécurité sociale) est atteint. Ce qui veut dire que vous pouvez même avoir validé vos quatre trimestres de retraite de l'année en ayant travaillé moins de 12 mois. Pour la fonction publique, un trimestre est un trimestre en temps.

### Tableau pour les trimestres en durée d'assurance

Année de naissance	Trimestres nécessaires pour le taux plein
1/09 /1961 au 31/12/62	169 trimestres
<b>1963</b>	170 trimestres
<b>1964</b>	171 trimestres
<b>1965 et au-delà</b>	172 trimestres

*NB : Pour certaines catégories dites actives de la Fonction Publique (surveillants pénitentiaires, agents de police, agents de salubrité, aides-soignants, éducateurs PJJ, ex-instits, par ex), ce tableau n'est pas valable. Il reste néanmoins valable pour les autres régimes cotisés. Se renseigner auprès du syndicat UNSA de sa branche professionnelle.*

Le **taux plein** s'obtient soit en ayant réuni le nombre requis de trimestres en durée d'assurance (tous régimes), soit en atteignant l'âge de 67 ans.

La **décote** est de 1,25% par trimestre manquant jusqu'à l'âge limite, avec un maximum de 15% (max 25% pour ceux non touchés par la réforme de 2023).

La **surcote** est possible après dépassement de l'âge légal et si les trimestres sont tous acquis.

NB : **il est possible de racheter des trimestres** dans la limite de 12.

[Voir sur le site info-retraite](#)

2 possibilités de rachat (trimestres d'assurance et trimestres en liquidation). Si vous désirez faire cette démarche, le coût dépend des revenus des 3 dernières années et de votre âge. C'est très coûteux, et à bien calculer s'il ne vaut pas mieux ouvrir un placement spécial retraite.

**Carrières longues** : avoir réuni 5 trimestres travaillés/cotisés avant le 31 décembre de l'année où on atteint l'âge (4 trimestres si naissance en octobre/novembre/décembre)

Pour pouvoir partir de façon anticipée il faut avoir le nombre de trimestres requis pour sa génération (en trimestres cotisés, c'est-à-dire travaillés. On ne compte pas les assimilés et les bonifiés).

Tolérance sur la carrière : 4 trimestres de chômage, 4 trimestres de maladie, 4 trimestres de service national et depuis la réforme 2023, 4 trimestres de congés parentaux.

Comptez un peu plus de temps pour faire votre demande au titre des carrières longues (6 à 9 mois).

- ✓ Avant 16 ans : départ possible à partir de 58 ans
- ✓ Entre 16 et 18 ans : départ possible à partir de 60 ans
- ✓ Entre 18 et 20 ans : départ possible à partir de 62 ans
- ✓ Entre 20 et 21 ans : départ possible à partir de 63 ans

### **Quelles bonifications en trimestres pour les enfants ?**

**Hors Fonction Publique** : (cas général) les femmes ayant eu des enfants peuvent comptabiliser 8 trimestres supplémentaires par enfant (4 au titre de la maternité et 4 au titre de l'éducation). Depuis 2010, les trimestres au titre de l'éducation peuvent se partager entre les 2 parents.

**Fonction Publique** : les enfants nés avant le 31 décembre 2004, apportent une bonification de 4 trimestres à la mère, si arrêt de 2 mois (congé maternité). Les enfants nés après 2004, apportent 2 trimestres (conditions particulières), ou aucun trimestre si prise de temps partiel ou congé parental.

#### **Majoration :**

10% de supplément retraite (majoration) sont accordés à chaque parent pour 3 enfants, sous conditions. Des différences sont marquées entre le régime général et la Fonction Publique.

[Plus d'infos sur le site info-retraites](#)

### **Quelles bonifications pour la pénibilité ?**

La pénibilité au travail se définit comme l'exposition à un ou plusieurs facteurs de risques professionnels pouvant laisser des traces durables, identifiables et irréversibles sur la santé. C'est l'employeur qui déclare les facteurs de pénibilité de l'emploi.

Pour la retraite, des points produisent des trimestres réputés cotisés qui comptent désormais dans la durée d'assurance.

[Votre compte pénibilité \(professionnel de prévention\) si vous en avez un](#)

### **Focus sur la retraite progressive :**

#### **Sous 3 conditions cumulatives :**

- Être à moins de 2 ans de l'âge de départ (voir tableau 1 du dossier)
- Avoir au moins 150 trimestres d'assurance
- Avoir demandé et obtenu un temps partiel

Depuis la réforme de 2023, les fonctionnaires ont également obtenu ce droit.

Dans ces conditions, c'est bien le temps partiel qui est le plus compliqué à obtenir de l'employeur.

Comment cela est-il calculé ? Une pension fictive est calculée au moment de la demande et sert à déterminer le montant du complément au salaire qui sera versé au salarié/fonctionnaire en retraite progressive. L'ensemble des revenus n'est pas égal à 100% du salaire, mais reste intéressant. La demande doit être faite dans l'ensemble des régimes auxquels on a cotisé.

On peut rester en retraite progressive même après l'âge d'ouverture des droits.

Le complément perçu en pension de retraite progressive est acquis et ne donne pas lieu à reprise sur la future pension. Au moment de la prise de retraite définitive, la pension sera recalculée classiquement, la pension « complément de retraite progressive » ne sera plus versée.

## Focus sur la retraite anticipée pour inaptitude, invalidité ou handicap (AAH) :

Votre retraite de base est calculée à taux plein à partir de 62 ans, quel que soit votre nombre de trimestres (tous régimes de retraite confondus), si vous êtes en situation d'inaptitude au travail reconnue par le médecin conseil ou vous êtes atteint d'une incapacité permanente reconnue d'au moins 50%. À noter que ce dispositif ne concerne pas les fonctionnaires.

Les droits sont complexes et nous vous recommandons de consulter [l'article dédié sur info-retraite ici](#)

Le bénéfice d'un départ anticipé à la retraite est possible pour les fonctionnaires handicapés qui totalisent, alors qu'ils étaient atteints d'une incapacité permanente d'au moins 50 %, d'une durée d'assurance cotisée particulière. Une retraite anticipée pour raisons de santé est possible, sans décote mais au prorata du temps de service en FP. [Lire les détails ici](#)

## Vérification de ma carrière

### A. Information quinquennale

Chaque salarié, régime privé ou fonction publique, reçoit chaque cinq ans depuis l'âge de trente-cinq ans une information administrative quant à l'acquisition de ses droits à retraites. De plus à 55, 60 et 65 ans, une estimation indicative globale (EIG) de pensions lui est communiquée.

## B. Où trouver les informations ?

Chaque régime de retraite possède un site avec un espace individuel sécurisé.

Cependant, les régimes se sont regroupés pour proposer une plateforme générale rassemblant l'accès à toutes les informations personnelles ainsi qu'un simulateur en ligne de pension-retraite (m@rel).

**LE SITE à consulter est [info-retraite.fr](https://info-retraite.fr)**

Cela vaut la peine, même si on n'est peu coutumier du numérique de passer par ce site qui est très intuitif. La préparation papier est néanmoins toujours possible. Dans ce cas, se faire accompagner par [les services de proximité de France Services](#) ou un délégué Unsa spécialiste.

Pour entrer dans vos espaces individuels sécurisés, il est préférable de passer par votre propre code France CONNECT.

[Lire ici comment récupérer votre code individuel.](#)

Ecran d'accueil INFO RETRAITE :



6 onglets sont disponibles

- ✓ **Complétez votre profil soigneusement.** Indiquez une adresse mail et un téléphone que vous utilisez régulièrement.
- ✓ **Onglet « Ma carrière » :** le plus important pour la préparation de votre dossier. Il contient votre relevé de carrière (voir ci-dessous).
- ✓ **Onglet « Mon estimation retraite » :** il contient le simulateur Marel. Il propose des estimations à plusieurs dates dont l'âge légal. Il est préférable de faire une estimation personnalisée, notamment en rentrant les données des enfants.

- ✓ **Onglet « Mes démarches »** : ce sera ici qu'il faudra faire la demande unifiée pour tous les régimes de retraite.
- ✓ **Onglet « Mes paiements retraite »** : accessible en retraite il contient le récapitulatif des différents versements et le récapitulatif annuel.
- ✓ **Onglet « Mon épargne retraite »** : il répertorie le ou les contrats Plan Epargne retraite si vous êtes concerné.e

## C. Mon relevé de carrière

Onglet carrière : vous avez votre ligne de vie professionnelle année par année : vert, orange et rouge. Chaque année est « cliquable » pour en voir les détails. Cela permet de voir les années incomplètes, qui nécessiteront de vérifier les éléments pris ou non pris en compte.

Par ex :



Le relevé de carrière est téléchargeable dans l'onglet « ma carrière » puis « mes droits » puis à gauche « téléchargez votre relevé de carrière » ou en bas de la page « voir ma carrière »).

Ce relevé de carrière nécessite un contrôle très attentif.

En général, il ne comprend pas les bonifications pour enfant. Il peut être « incorrect » si vous êtes en régime spécial (pour les trimestres restant à obtenir).

Il est révisé au 1<sup>er</sup> janvier de chaque année et lorsqu'il y a des corrections.

Il récapitule

- ✓ Vos trimestres déjà acquis,
- ✓ Vos différents régimes cotisés et leurs coordonnées,
- ✓ Vos périodes d'emploi année par année, avec les trimestres correspondants et les points acquis des régimes complémentaires.
- ✓ Vos employeurs avec les revenus correspondants, les dates des contrats

### Durée d'assurance en trimestres

Dans votre situation, **169** trimestres sont requis pour partir à taux plein.

Si certaines données sont indisponibles, **vous pouvez contacter le régime de retraite concerné**. Ses coordonnées sont disponibles ci-dessous, dans le bloc « Mes régimes »

Si vous avez eu ou élevé des **enfants**, des **trimestres supplémentaires** peuvent vous être accordés au moment de prendre votre retraite. ⓘ

### Téléchargez votre relevé de carrière.

Vous pouvez l'enregistrer ou l'imprimer.

Télécharger mon relevé (PDF - 180ko)

Dernier téléchargement le 07/02/2024

Par exemple :

Employeur/activité	Date début	Date fin	Revenus*	Régime(s)
FINANCIERE AGORA	1980	1980	286 FRF	L'Assurance retraite
CHAUSSURES MINELLI GROUPE ANDRE	03/03/1980	01/09/1980		Agirc-Arrco
ACTIVITÉ SALARIÉE	1981	1981	14 809 FRF	L'Assurance retraite
DRFIP-PSO CHAMPAGNE ARDENNE ET MARNE	01/01/1981	31/12/1981	7 314 FRF	Ircantec
SOCIETE AUXIROUTE PARIS EST LORRAINE	01/07/1981	02/09/1981		Agirc-Arrco
Employeur/activité	Date début	Date fin	Taux d'activité	Régime(s)
SERVICES VALIDÉS DE NON-TITULAIRE	01/01/1982	05/09/1982	100 %	SRE
FONCTIONNAIRE OU MAGISTRAT Catégorie active	06/09/1982	31/08/2001	100 %	SRE

## D. Demandes de corrections des éléments de carrière



Sur votre relevé de carrière, les coordonnées indiquées pour chaque régime de retraite cotisé permettent aussi le contact pour demander les correctifs. Ces correctifs sont à demander à vos régimes de base : assurance retraite pour le régime général ou régime des fonctionnaires. Il faut pouvoir produire des justificatifs.

## E. Estimation indicative / Simulateurs

### A. Modalités de calcul des retraites du privé :

**Régime de base (assurance Vieillesse) du régime général et des régimes assimilés** : la base de calcul se fait sur les 25 meilleures années (SAM salaire annuel moyen) et selon le % de liquidation (maximum 50% pour la retraite de base). Les revenus sont reconstitués en valeur par année pour correspondre au niveau de vie actuel.

L'assiette des cotisations comprend toutes les rémunérations versées en contrepartie d'un travail : les salaires, les indemnités de congés payés, les gratifications, les pourboires, les primes, les avantages en nature. Depuis avril 1995, les prestations familiales complémentaires sont aussi intégrées dans l'assiette.

Ne sont pas prises en compte dans l'assiette : les frais professionnels (frais de repas, indemnités de panier), les abattements pour frais professionnels, les prestations familiales, les indemnités de licenciement et de mise à la retraite par l'employeur. Attention, les salaires de l'année de liquidation de la pension ne sont pas pris en compte. Si la dernière année fait partie des 25 meilleures années, il peut être utile de prendre la retraite au 1<sup>er</sup> janvier suivant. Si la dernière année civile est incomplète, elle ne sera pas comptée dans les 25 meilleures.

La décote (ou la surcote) est appliquée après ce calcul.

[Les détails des calculs sur info-retraite](#)

**Pour les retraites complémentaires par points** : le nombre de points est multiplié par la valeur de liquidation du point fixée chaque année, qu'il faut ensuite diviser par 12 pour en avoir la valeur mensuelle. Lorsque les points sont insuffisants pour percevoir une rente mensuelle, il est versé un capital en une fois.

### B. Modalités de calcul des retraites dans la Fonction Publique :

Depuis 2011, il suffit d'avoir été 2 ans **titulaire** de la fonction publique pour qu'une pension Fonction Publique soit versée. En dessous de ces 2 ans, les cotisations sont reversées au régime général. Les **non titulaires** de la Fonction Publique cotisent au régime général pour la retraite de base.

**La retraite de base FP** est calculée à partir de l'indice détenu les 6 derniers mois. Il n'y a pas de retraite complémentaire. Pour une meilleure estimation, il faut projeter son avancement d'échelon ou de grade.

Voici les régimes de base des fonctionnaires (titulaires) :

- ✓ **Etat** : service des retraites de l'Etat (SRE). Codes des pensions civiles et militaires. Un simulateur est en ligne sur [ensap.gouv.fr](http://ensap.gouv.fr)



- ✓ **Hospitalière et Territoriale** : Caisse Nationale de Retraite des Agents des Collectivités Locales (CNRACL). Régime aligné sur le code des pensions civiles et militaires. [Un simulateur est en ligne sur le site](#)

### **Autres régimes FP additionnels ou complémentaires :**

- ✓ **RAPF** : néanmoins des cotisations sur les primes et indemnités sont versées à la RAFP  
Le Régime de Retraite additionnelle de la Fonction publique (RAFP) est un régime par points, institué au bénéfice des fonctionnaires (titulaires et stagiaires) de l'État (civils et militaires), territoriaux et hospitaliers, ainsi que des magistrats.
- ✓ **IRCANTEC** : régime complémentaire obligatoire par points des agents non titulaires de la Fonction Publique (en remplacement de l'Agirc-Arrco), des élus locaux.

Pour des régimes spéciaux, contactez votre service des ressources humaines.

Parfois, lorsque la pension est trop basse, elle est versée en une seule fois sous forme de capital et non pas sous forme de rente mensuelle.

## Mes démarches

### **A. S'organiser et organiser son dossier numérique**

- ✓ Conseil : Créez sur votre ordinateur un dossier numérique personnel de type « MA CARRIERE » et prévoyez un système de sauvegarde (clé USB, nuage en ligne ...).
- ✓ Rangez-y vos relevés de carrière (RISE)
- ✓ Numérisez les pièces justificatives qui vous seront demandées, nommez-les correctement pour les identifier facilement (relevé d'identité bancaire, livret de famille, jugement de divorce, ...), toute pièce qui nécessite des correctifs.

### **B. Les délais à respecter**

La retraite se demande, ce n'est pas automatique. **La demande est à faire sur [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr)**  
4 à 6 mois à l'avance. Pour les fonctionnaires, au moins 6 mois.

**La plateforme [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr) unifie les démarches dans tous vos régimes**



Cliquez sur **Mes démarches** et laissez-vous guider.

La date de départ doit toujours être le 1<sup>er</sup> du mois.

La plateforme vous proposera d'enregistrer chaque étape de votre demande. Enregistrez les différentes synthèses de vos démarches dans le dossier individuel que vous vous êtes créé.

NB : ce n'est pas parce que la demande est dématérialisée que toute la procédure est dématérialisée. Un conseiller va traiter votre demande. Il peut se mettre en relation avec vous pour avoir certaines précisions, d'où l'importance de bien renseigner son mail, son numéro de téléphone et son adresse.

Sur info-retraite et sur les différents sites des régimes de retraites de base et complémentaires, **le suivi de l'avancement de votre dossier** est indiqué dans votre espace personnel.

- ✓ Pour la Fonction publique, la demande de radiation des cadres est à envoyer au plus vite à votre employeur (organisation des congés et du remplacement).
- ✓ Pour les salariés du privé, vous devez prévenir rapidement votre employeur par courrier recommandé de votre date de départ. Il doit préparer la fin de votre contrat (congés, indemnité de départ, recrutement). Un entretien est recommandé. Des modalités particulières peuvent être précisées dans la convention collective.

Il existe des dispositions particulières pour augmenter les petites retraites et garantir un niveau minimum. Le **Minimum Contributif (MICO)** pour le régime général et le **Minimum Garanti** pour les fonctionnaires. Ces minimums ne sont pas à réclamer et sont perçus automatiquement (vérifier tout de même), sous conditions.

L'**ASPA**, n'est pas une pension, mais l'Allocation de solidarité aux Personnes âgées, et peut aider aussi en cas de ressources insuffisantes. <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16871>

## Conseils de l'UNSA Retraités



- ✓ <https://retraites.unsa.org/>
- ✓ **Contact** sur le site
- ✓ [Syndicat UNSA : qui sommes-nous ?](#)



La préparation de sa retraite nécessite un peu de temps surtout si le dossier est complexe (travail à l'étranger, polypension, pièces manquantes ...). Il ne faut pas négliger ce travail préparatoire qu'il faut débiter un ou deux ans à l'avance au minimum.

**France Service** peut aider en particulier pour le régime général. Les **sections syndicales UNSA** s'organisent également pour proposer leurs conseils.

Chaque régime est de mieux en mieux organisé pour l'information aux ayants-droits. Ne cédez pas aux sirènes des faux-sites qui vous proposent des simulateurs tout-prêts et soyez vigilants quant aux officines et consultants-retraites.

Vous devez aussi prévenir les régimes de retraite lorsque vous changez de situation (reprise d'activité, changement de situation familiale si réversion, changement de ressources si allocation de solidarité ...), sans oublier de prévenir les services des impôts pour le prélèvement à la source.

Consultez régulièrement le site [UNSA Retraités](https://www.unsa-retraites.fr), pour avoir des informations actualisées sur la retraite, vos droits en tant que retraité.e et l'actualité sociétale... et restez adhérent de votre syndicat UNSA même retraité !

## Cumul Emploi-retraite

Le droit à travailler est acquis constitutionnellement, mais le cumul avec une pension est très règlementé et dépendra des conditions dans lesquelles le retraité a pris sa retraite. Il faut toujours prévenir ses régimes de retraite de base que l'on reprend un emploi.

Le cumul peut être sans limite, si le retraité a pris une retraite à taux plein (avec tous ses trimestres) et après l'âge légal. Attention donc aux retraités partis en carrière longue avant l'âge légal. Un délai de 6 mois est nécessaire pour une reprise chez le même employeur, sinon le cumul est plafonné.

Le cumul peut être plafonné. Des règles de calcul complexes sont à étudier. Si le montant de salaire dépasse l'autorisation de cumul, la pension versée est écrêtée voire supprimée pour le laps de temps du cumul au-delà de la limite autorisée.

## Pensions de réversion

Les pensions de réversion se demandent auprès de chaque régime du conjoint décédé, rien n'est automatique.

Il faut être ou avoir été « conjoints » mariés. Les règles sont très différentes dans le régime général, la Fonction Publique ou les complémentaires. Il faut bien se renseigner. Chaque régime a produit des articles ou des liens de demande de dossier sur son site.

Au régime général en particulier, la réversion est conditionnée aux revenus du conjoint survivant, il faut donc regarder s'il vaut mieux la demander en tant qu'actif ou retraité.

Il est dans l'actualité de réviser la réglementation des pensions de réversion. Il faut donc surveiller cette actualité.



## Que vous apporte l'UNSA Retraités ?

Chaque adhérent **UNSA Retraités** bénéficie d'un **accompagnement** par son syndicat **UNSA** de rattachement.

Nous privilégions l'action de proximité et le lien avec l'ancien milieu professionnel.

### Une **lettre électronique**

est envoyée une ou deux fois par mois.

Elle traite des sujets d'actualité, donne des informations pratiques, rend compte de l'activité de l'UNSA Retraités.

De l'information papier peut être envoyée par les sections locales.

Un **site internet** mis à jour très fréquemment, vous pouvez y trouver :

- Des articles qui exposent notre avis éclairé sur les **sujets d'actualité** qui touchent les retraités
- Des **dossiers pratiques et utiles** par exemple, les démarches à effectuer pour prendre sa retraite, les changements dus aux réformes, ...
- Des articles traitant de certaines démarches **pratiques** utiles aux séniors (mais pas que !).

<https://retraites.unsa.org>

**Adhérer à l'UNSA retraités**, c'est faire partie d'une structure qui défend la situation des retraités en portant notamment des **revendications** sur :

- La place et le rôle reconnu des retraités dans la société, y compris européenne,
- Le pouvoir d'achat des retraités, l'amélioration des petites retraites, une fiscalité plus juste,
- L'augmentation des pensions de réversion,
- Le droit à la dignité,
- La santé, la protection sociale, la protection contre les maltraitances, l'aide aux aidants,
- L'autonomie et le financement de la perte d'autonomie,
- L'environnement et le cadre de vie , ...

### Envie d'être utile à votre syndicat UNSA ?

C'est possible !

Contactez-nous :

retraite@unsa.org

UNSA Retraités

21 rue Jules Ferry

93170 BAGNOLET