



La sélection d'une langue déclenchera automatiquement la traduction du contenu de la page.

Français ▼

Je prépare ma retraite

Vérfié le 25 septembre 2020 - Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre)

Je veux prendre ma retraite au bon moment. À cet effet, je me renseigne sur les différentes situations de départ en retraite qui s'offrent à moi. Ensuite, je choisis la date approximative à laquelle je vais demander la *liquidation* de ma retraite, c'est-à-dire la transformation de mes droits à la retraite en pension de retraite.

Salarié du privé

Je me renseigne sur les conditions de départ à la retraite

Je m'informe sur [l'âge minimum à partir duquel il est possible de partir à la retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14043) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14043>).

Dans certaines situations, un départ anticipé est possible :

- Si j'ai commencé à travailler jeune, [pour carrière longue](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13845) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13845>)
- Si je suis atteint d'une [incapacité permanente d'au moins pourcent50](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16337) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16337>)
- Si j'exerce un [métier pénible](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14101) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14101>) (j'ai un compte personnel de prévention de la pénibilité - C2P - ou je suis atteint d'une incapacité permanente d'origine professionnelle d'au moins 10 %)

Je m'informe sur les conditions d'obtention d'une [pension de retraite de base à taux plein](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14044) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14044>) et de la [retraite complémentaire de l'Agirc-Arrco](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15396) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15396>).

Je m'informe sur les conditions de [rachat de trimestres](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15675) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15675>). Il est possible pour les années d'études supérieures, années incomplètes de cotisations, certaines périodes d'apprentissage, les périodes d'activité en tant qu'assistant(e) maternel(le) ou en tant qu'enfant d'anciens harkis.

J'estime le montant de ma future retraite ("droits à pension")

Je me procure un [relevé de situation individuelle](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R20786) récent à partir [de mon espace personnel sur le site internet de la Cnav](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R20786) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R20786>).

Si ce relevé comporte des oublis ou des erreurs, j'en demande la rectification.

➔ **A savoir** : si j'ai effectué des services militaires, je demande une [attestation des services accomplis](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1398) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1398>) pour les faire prendre en compte dans le calcul de mes droits à pension de retraite.

À partir de mon [compte retraite sur le site info-retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083>), je demande une estimation du montant de ma pension de retraite (ou de mes pensions de retraite si je dépends de plusieurs régimes), en fonction de mon âge de départ à la retraite.

Je m'informe sur le cumul emploi-retraite

Si j'envisage de poursuivre une activité professionnelle (salariée ou non) après mon départ à la retraite, je m'informe préalablement sur les [conditions pour cumuler](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13243) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13243>) ma pension de retraite avec des revenus d'activités.

Je fais ma demande de départ à la retraite

4 à 6 mois avant ma date de départ à la retraite souhaitée, j'effectue mes [démarches de demande de départ à la retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13941) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13941>) : je demande la liquidation de ma pension de retraite et je préviens mon employeur.

Je récupère les sommes placées sur mes plans d'épargne retraite

Si j'ai des plans d'épargne retraite, je demande la restitution des sommes placées :

- ▶ [Plan d'épargne retraite populaire \(Perp\)](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10259) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10259>)
- ▶ [Plan d'épargne pour la retraite collectif \(Perco\)](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10260) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F10260>)
- ▶ [Plan d'épargne retraite \(PER\)](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34982) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34982>)

Fonctionnaire

Je me renseigne sur les conditions de départ

Je m'informe sur [l'âge minimum à partir duquel il est possible de partir à la retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2786) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2786>).

Dans certains cas, un départ anticipé est possible :

- ▶ Si j'ai commencé à travailler jeune, [pour carrière longue](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13946) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13946>)
- ▶ Si je suis atteint d'une [incapacité permanente d'au moins pourcent50](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14060) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14060>)
- ▶ Si je suis [définitivement inapte](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F550) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F550>) à l'exercice de mes fonctions (invalidité)
- ▶ Si je suis [parent d'un enfant atteint d'une invalidité d'au moins pourcent80](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F20659) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F20659>)
- ▶ Si je suis fonctionnaire d'État et si j'ai une [infirmité ou une maladie incurable](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F18217) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F18217>) rendant l'exercice de toute profession impossible
- ▶ Si je suis fonctionnaire d'État et si mon époux(se) ou partenaire de Pacs a une [infirmité ou maladie incurable](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F18217) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F18217>) rendant l'exercice de toute profession impossible

Je m'informe sur les conditions d'obtention d'une [pension de retraite de base à taux plein](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1781) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1781>) et de la [retraite complémentaire](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12387) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12387>).

Je m'informe sur les conditions de [rachat de mes années d'études supérieures](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1049) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1049>).

J'estime le montant de ma future retraite ("droits à pension")

Je me procure un *relevé de situation individuelle* récent sur [mon compte retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083>) sur le site info-retraite.

Si ce relevé comporte des oublis ou des erreurs, j'en demande la rectification.

➡ **A savoir :** si j'ai effectué des services militaires, je demande une [attestation des services accomplis](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1398) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1398>) pour les faire prendre en compte dans le calcul de mes droits à pension de retraite.

À partir de mon compte retraite, je peux aussi demander une estimation du montant de ma pension de retraite (ou de mes pensions de retraite), en fonction de mon âge de départ à la retraite.

Je m'informe sur le cumul emploi - retraite

Si j'envisage de poursuivre une activité professionnelle (salariée ou non) après mon départ à la retraite, je m'informe préalablement sur les [conditions pour cumuler](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12402) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12402>) ma pension de retraite avec des revenus d'activités.

Je fais ma demande de départ à la retraite

Au moins 6 mois avant ma date de départ souhaitée, je fais ma [demande de retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F31541) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F31541>).

Agent public contractuel

Je me renseigne sur les conditions de départ

Je m'informe sur [l'âge minimum à partir duquel il est possible de partir à la retraite](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2786) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2786>). Dans certains cas, un départ anticipé est possible :

- ▶ Si j'ai commencé à travailler jeune, [pour carrière longue](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13845) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13845>)
- ▶ Si je suis atteint d'une [incapacité permanente d'au moins 50 %](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16337) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16337>).

Je m'informe sur les conditions pour avoir :

- ▶ une [pension de retraite de base à taux plein](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2081) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2081>)
- ▶ une [retraite complémentaire](https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12390) (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F12390>).

Je m'informe sur les conditions pour le achat de mes années d'études supérieures (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15675>).

J'estime le montant de ma future retraite ("droits à pension")

Je me procure un *relevé de situation individuelle* récent à partir de mon espace personnel sur le site internet de la Cnav (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R20786>).

Si ce relevé comporte des oublis ou des erreurs, j'en demande la rectification.

➡ **A savoir** : si j'ai effectué des services militaires, je demande une attestation des services accomplis (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1398>) pour les faire prendre en compte dans le calcul de mes droits à pension de retraite.

À partir de mon compte retraite sur le site info-retraite (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083>), je demande une estimation du montant de ma pension de retraite (ou de mes pensions de retraite si je dépends de plusieurs régimes), en fonction de mon âge de départ à la retraite.

Je m'informe sur le cumul emploi - retraite

Si j'envisage de poursuivre une activité professionnelle, salariée ou non, je m'informe préalablement sur les conditions de cumul (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13243>) de ma pension de retraite avec des revenus d'activités.

Je fais ma demande de départ à la retraite

4 mois avant ma date de départ souhaitée, je demande ma retraite de base en ligne, par internet (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R10261>) ou au moyen du formulaire (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R1388>) à envoyer par courrier et ma retraite complémentaire Ircantec [↗](https://www.ircantec.retraites.fr/article/demande-de-retraite) (<https://www.ircantec.retraites.fr/article/demande-de-retraite>), par internet ou par courrier.

Services en ligne et formulaires

- **Mon compte retraite** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R46083>)
Service en ligne
- **Demande unique de retraite de base personnelle - Régimes général (salariés et travailleurs indépendants), agricole (MSA), des cultes (Cavimac)** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R1388>)
Formulaire
- **Assurance retraite : espace personnel** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R20786>)
Service en ligne
- **Demander sa retraite à l'Assurance retraite de la Sécurité sociale** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R10261>)
Service en ligne
- **Demander sa retraite au Service de retraite de l'État** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R47727>)
Service en ligne
- **Demande de retraite d'un fonctionnaire de l'État ou d'un magistrat** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R51503>)
Formulaire
- **Demande de majoration de pension pour enfant - Fonctionnaire d'État, magistrat ou militaire retraité** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R1349>)
Formulaire
- **Demander sa retraite Agirc-Arrco en ligne** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R2306>)
Service en ligne
- **Demande de retraite pour pénibilité** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R24448>)
Formulaire
- **Connaître les prestations sociales auxquelles vous pouvez avoir droit** (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R54933>)
Simulateur

Pour en savoir plus

- **Info retraite** [↗](http://www.info-retraite.fr) (<http://www.info-retraite.fr>)
Groupement d'intérêt public "Union retraite"
- **Site de l'Assurance Retraite de la Sécurité sociale** [↗](https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/accueil) (<https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/accueil>)
Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav)
- **Site de l'Agirc-Arrco** [↗](http://www.agirc-arrco.fr/) (<http://www.agirc-arrco.fr/>)
Fédération Agirc-Arrco
- **Site des retraites des fonctionnaires de l'État** [↗](https://retraitesdeletat.gouv.fr/) (<https://retraitesdeletat.gouv.fr/>)
Service des retraites de l'État (SRE) - Ministère chargé des finances publiques
- **Site de la CNRACL** [↗](https://www.cnrACL.retraites.fr/) (<https://www.cnrACL.retraites.fr/>)
Caisse nationale de retraite des agents des collectivités locales (CNRACL)
- **Site de la RAFP** [↗](http://www.rafp.fr/) (<http://www.rafp.fr/>)
Établissement de retraite additionnelle de la fonction publique (ERAFP)

- Site de l'Ircantec [↗](https://www.ircantec.retraites.fr/) (https://www.ircantec.retraites.fr/)
Institution de retraite complémentaire des agents non titulaires de l'État et des collectivités publiques (Ircantec)
- Pour bien vieillir [↗](http://www.pourbienvieillir.fr/ameliorer-son-bien-etre-en-suivant-un-atelier-de-prevention) (http://www.pourbienvieillir.fr/ameliorer-son-bien-etre-en-suivant-un-atelier-de-prevention)
Santé publique France
- Retraite complémentaire publique - Ircantec : demande de retraite [↗](https://www.ircantec.retraites.fr/article/demande-de-retraite) (https://www.ircantec.retraites.fr/article/demande-de-retraite)
Caisse des dépôts et consignations (CDC)

Nos engagements

- Engagements et qualité
- Mise à disposition des données
- Partenaires
- Co-marquage
- 3939 Allo Service Public

Nous connaître

- À propos
- Aide
- Contact

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Service Public vous informe et vous oriente vers les services qui permettent de connaître vos obligations, d'exercer vos droits et de faire vos démarches du quotidien.

Il est édité par la Direction de l'information légale et administrative et réalisé en partenariat avec les administrations nationales et locales.

- legifrance.gouv.fr
- gouvernement.fr
- data.gouv.fr

Nos partenaires

-

[Plan du site](#) [Accessibilité : totalement conforme](#) [Accessibilité des services en ligne](#) [Mentions légales](#) [Données personnelles et sécurité](#) [Conditions générales d'utilisation](#) [Gestion des cookies](#)

Sauf mention contraire, tous les textes de ce site sont sous licence etalab-2.0