



Service retraite

RENDEZ VOUS STATUT

FOCUS SUR : LA CARRIÈRE LONGUE

Sommaire

- 1 Introduction
- 2 Conditions d'éligibilité
- 3 Conditions d'admissibilité
- 4 Les relevés de carrière
- 5 Le montant de la pension
- 6 La demande de retraite



Si simple ... de prime abord

Carrière longue : à quel âge puis-je partir à la retraite ?

À partir de ce tableau, je peux savoir si je peux partir à la retraite avant l'âge légal.

ÂGE DE DÉBUT D'ACTIVITÉ	CONDITIONS Avoir le nombre de trimestres requis en fin de carrière	ÂGE MINIMUM DE DÉPART À LA RETRAITE
	+	
Avant 16 ans	Avoir cotisé 5 trimestres avant la fin de l'année civile de votre 16 ^e anniversaire (ou 4 si vous êtes né entre le 1 ^{er} octobre et le 31 décembre)	58 ans
Avant 18 ans	Avoir cotisé 5 trimestres avant la fin de l'année civile de votre 18 ^e anniversaire (ou 4 si vous êtes né entre le 1 ^{er} octobre et le 31 décembre)	60 ans
Avant 20 ans	Avoir cotisé 5 trimestres avant la fin de l'année civile de votre 20 ^e anniversaire (ou 4 si vous êtes né entre le 1 ^{er} octobre et le 31 décembre)	Vous êtes né entre le 1 ^{er} septembre 1961 et le 31 août 1963 : 60 ans Vous êtes né entre le 1 ^{er} septembre 1963 et le 31 décembre 1963 : 60 ans et 3 mois Vous êtes né en 1964 : 60 ans et 6 mois Vous êtes né en 1965 : 60 ans et 9 mois Vous êtes né en 1966 : 61 ans Vous êtes né en 1967 : 61 ans et 3 mois Vous êtes né en 1968 : 61 ans et 6 mois Vous êtes né en 1969 : 61 ans et 9 mois Vous êtes né en 1970 : 62 ans
Avant 21 ans	Avoir cotisé 5 trimestres avant la fin de l'année civile de votre 21 ^e anniversaire (ou 4 si vous êtes né entre le 1 ^{er} octobre et le 31 décembre)	63 ans

REF-08290 - 07/2023

3

3



DÉPART ANTICIPÉ POUR CARRIÈRE LONGUE

La retraite anticipée pour carrière longue permet de partir avant l'âge légal si vous avez commencé à travailler avant vos 21 ans.

avant
16 ANS
Départ à partir de
58 ans

si
4 ou 5 trimestres cotisés
avant la fin de l'année civile du 16^e anniversaire
et
Nombre de trimestres requis :
entre 169 et 172*

Vous avez
commencé à
travailler...

avant
18 ANS
Départ à partir de
60 ans

si
4 ou 5 trimestres cotisés
avant la fin de l'année civile du 18^e anniversaire
et
Nombre de trimestres requis :
entre 169 et 172*

avant
20 ANS
Départ entre
60 et 62 ans*

si
4 ou 5 trimestres cotisés
avant la fin de l'année civile du 20^e anniversaire
et
Nombre de trimestres requis :
entre 169 et 172*

5 trimestres cotisés
si vous êtes né entre le
1^{er} janvier et le 30 septembre
ou
4 trimestres cotisés
si vous êtes né entre
le 1^{er} octobre et
le 31 décembre

avant
21 ANS
Départ à partir de
63 ans

si
4 ou 5 trimestres cotisés
avant la fin de l'année civile du 21^e anniversaire
et
Nombre de trimestres requis :
172

*selon l'année de naissance

Pour les salariés des régimes spéciaux et les fonctionnaires en catégorie active les conditions sont différentes.

Pour connaître le nombre de trimestres requis selon votre année de naissance, utilisez le simulateur Info Retraite :
les-simulateurs.info-retraite.fr



Vérifiez à quel âge vous avez commencé à travailler sur votre compte retraite, service **Ma carrière**

Conditions d'éligibilité

“J’ai commencé à travailler jeune ! Je vais donc pouvoir partir tôt à la retraite !”



DATE DE
NAISSANCE



TRAVAILLER
JEUNE



ÂGE CHARNIÈRE



ÂGE DE DÉPART

année de naissance	si début d'activité avant	départ possible à
09/61 à 12/62	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	60 ans
01/63 à 08/63	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	60 ans
09/63 à 12/63	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	60 ans et 3 mois
64	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	60 ans et 6 mois
65	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	60 ans et 9 mois
	21 ans	63 ans
66	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	61 ans
	21 ans	63 ans
67	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	61 ans et 3 mois
	21 ans	63 ans
68	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	61 ans et 6 mois
	21 ans	63 ans
69	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	61 ans et 9 mois
	21 ans	63 ans
70	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	62 ans
	21 ans	63 ans
71	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	62 ans
72 et au-delà	16 ans	58 ans
	18 ans	60 ans
	20 ans	62 ans
	21 ans	63 ans

LE MOIS DE NAISSANCE COMPTE !

4 TRIMESTRES

Il faudra comptabiliser 4 trimestres d'assurance cotisée avant l'âge charnière pour **les agents nés au cours du dernier trimestre de l'année.**

5 TRIMESTRES

Il faudra comptabiliser 5 trimestres d'assurance cotisée avant l'âge charnière pour les agents **nés au cours des trois premiers trimestres de l'année.**

Conditions d'admissibilité

L'ouverture du droit au départ anticipé pour carrière longue est également assujettie à une condition de nombre de trimestres cotisés.

 “Euh, du coup, si je n'ai pas tous mes trimestres, je ne peux pas prendre ma retraite pour carrière longue ?”

Il faut donc revenir sur la **notion de durée d'assurance** et les éléments constitutifs de celle-ci.



PAS OU PEU
D'INTERRUPTION



CONSTITUTIVE
DE L'OUVERTURE
DU DROIT

année de naissance	si début d'activité avant	départ possible à	si nombre de trimestres cotisés égal à
09/61 à 12/62	16 ans	58 ans	169
	18 ans	60 ans	
	20 ans	60 ans	
01/63 à 08/63	16 ans	58 ans	170
	18 ans	60 ans	
	20 ans	60 ans	
09/63 à 12/63	16 ans	58 ans	170
	18 ans	60 ans	
	20 ans	60 ans et 3 mois	
64	16 ans	58 ans	171
	18 ans	60 ans	
	20 ans	60 ans et 6 mois	
65	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	60 ans et 9 mois	
	21 ans	63 ans	
66	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	61 ans	
	21 ans	63 ans	
67	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	61 ans et 3 mois	
	21 ans	63 ans	
68	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	61 ans et 6 mois	
	21 ans	63 ans	
69	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	61 ans et 9 mois	
	21 ans	63 ans	
70	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	62 ans	
71	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	62 ans	
72 et au-delà	16 ans	58 ans	172
	18 ans	60 ans	
	20 ans	62 ans	
	21 ans	63 ans	

172 trimestres :
43 annuités



Mais qu'est ce qu'un trimestre ?

“Parce qu’il y a plusieurs définitions ?!”

L'ASSURANCE RETRAITE



Les trimestres sont validés en **fonction du montant annuel des revenus soumis à cotisations**.

Depuis 2014, le revenu minimum qui permet de valider un trimestre est égal au montant du SMIC horaire en vigueur au 1er janvier de l'année multiplié par 150 heures.

C'est la raison pour laquelle on peut visualiser sur certains relevés de carrière plus de 4 trimestres par an.

LA CNRACL



Un trimestre équivaut à une **période d'activité exprimée en jour : 90 jours**. C'est la notion la plus proche de notre compréhension collective.

La fraction de trimestre égale ou supérieure à 45 jours est comptés pour un trimestre.

La fraction de trimestre inférieure à 45 jours est négligée.

Quelques exemples de la valeur d'un trimestre

Seuls les salaires bruts soumis à cotisations retraite sont pris en compte, et **dans la limite du Plafond de la Sécurité Sociale, soit 3 925 € par mois** pour un temps plein, en 2025.

Un salarié percevant un salaire brut supérieur à ce plafond peut ainsi **valider 4 trimestres en 2 mois d'activité**.



“Je comprends mieux pourquoi il faut garder ses bulletins de paie !”

Année	Revenu minimum	Année	Revenu minimum
2023	1 690,50 €	2022	1 585,50 €
2021	1 537,50 €	2020	1 522,50 €
2019	1 504,50 €	2018	1 482 €
2017	1 464 €	2016	1 450,50 €
2015	1 441,50 €	2014	1 429,50 €
2013	1 886 €	2012	1 844 €
2011	1 800 €	2010	1 772 €
2009	1 742 €	2008	1 688 €
2007	1 654 €	2006	1 606 €
2005	1 522 €	2004	1 438 €
2003	1 366 €	2002	1 334 €
2001	8 404 F	2000	8 144 F
1999	8 044 F	1998	7 886 F
1997	7 582 F	1996	7 396 F
1995	7 112 F	1994	6 966 F

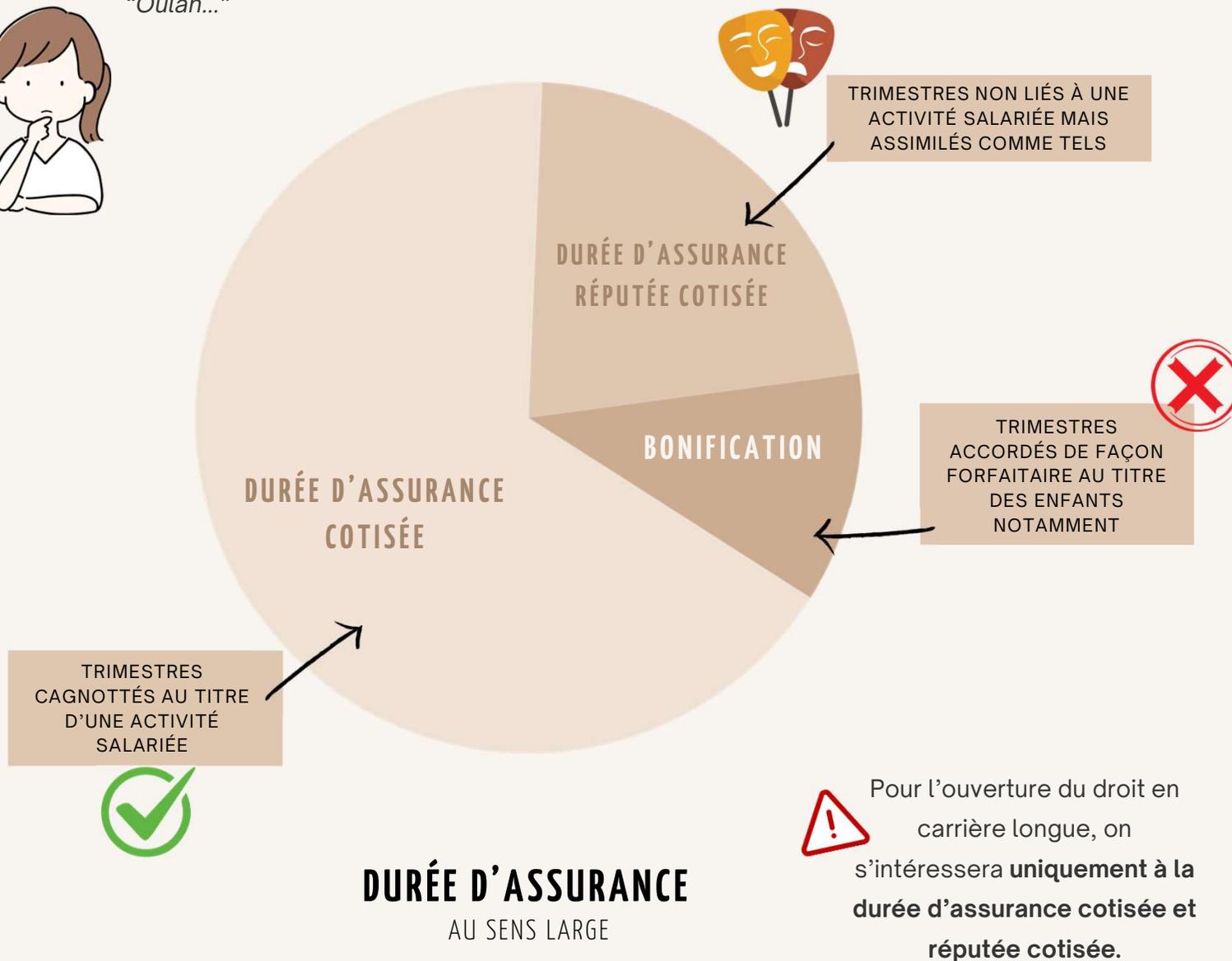
Tous les trimestres comptent ?

La durée d'assurance au sens large est **l'ensemble des trimestres pris en compte dans la pension CNRACL**, auquel s'ajoutent les périodes retenues par les autres régimes de retraite de base obligatoires.

La détermination de la durée d'assurance permet de savoir si le montant de la pension doit être minoré (décote) ou majoré (surcote).



"Oulah..."



Les trimestres réputés cotisés retenus pour l'ouverture du droit

LA MALADIE

- 4 trimestres maximum (maladie et inaptitude temporaire)

MATERNITÉ

- Tous les trimestres liés à la maternité

LE CHÔMAGE

- 4 trimestres maximum de chômage indemnisé

LE SERVICE NATIONAL

- 4 trimestres maximum au titre du service national

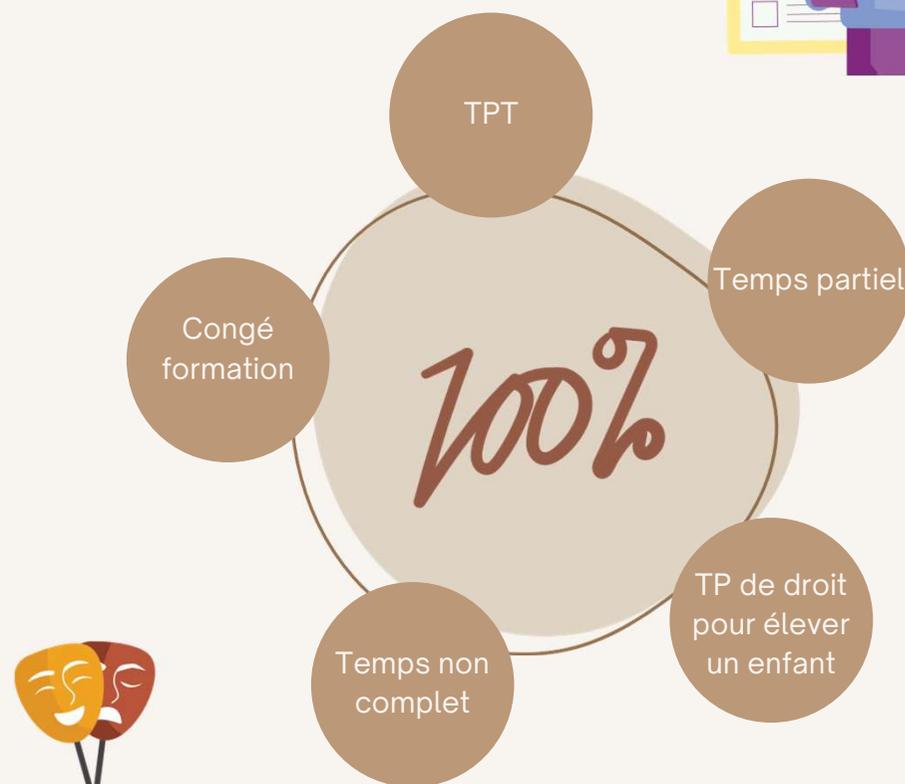
L'INVALIDITÉ

- 2 trimestres maximum au titre de l'invalidité

LE CONGÉ PARENTAL

- Le congé parental n'est pas retenu

“Ah ! Mais comment se rappeler de toutes ces périodes ? C'est que ça remonte !”



EXEMPLE D'UNE CARRIÈRE AU RÉGIME GÉNÉRAL

Année ▲	Régime ou Pays à l'étranger	Durée d'assurance	Durée d'assurance cotisée					Maladie	
			Activité	Chômage	Invalidité	Maternité			
1982	B-Salariés secteur privé	5 T	5 T	-	-	-	-	-	
1983	B-Salariés secteur privé	12 T	12 T	-	-	-	-	-	
1984	B-Salariés secteur privé	12 T	12 T	-	-	-	-	-	
1985	B-Salariés secteur privé	12 T	12 T	-	-	-	-	-	
1986	B-Salariés secteur privé	12 T	12 T	-	-	-	-	-	
1987	B-Salariés secteur privé	7 T	7 T	-	-	-	-	-	
1988	B-Salariés secteur privé	4 T	4 T	-	-	-	-	-	
1989	B-Salariés secteur privé	8 T	2 T	6 T	-	-	-	-	
1990	B-Salariés secteur privé	12 T	-	6 T	-	-	2 T	-	
1991	B-Salariés secteur privé	17 T	-	8 T	-	-	-	-	
1992	B-Salariés secteur privé	20 T	2 T	8 T	-	-	-	-	
1993	B-Salariés secteur privé	9 T	3 T	1 T	-	-	-	-	
1994	B-Salariés secteur privé	-	-	-	-	-	-	-	
1997	B-Salariés secteur privé	7 T	-	-	-	-	-	-	
1998	B-Salariés secteur privé	10 T	-	-	-	-	-	-	



Des carrières mixtes

POLYCOTISANTS ET POLYPENSIONNÉS



UN MOTIF DE DÉPART ANTICIPÉ COMMUN

Le départ anticipé au titre de la carrière longue est reconnu dans les mêmes conditions d'octroi par la CNRACL et le régime général. **La comptabilisation se bornera cependant à 4 trimestres par an.**



UNE LIQUIDATION AUTONOME

Même si les conditions de départ sont communes, chaque régime de retraite suivra ses **propres règles de calcul** pour liquidation de la pension de retraite.

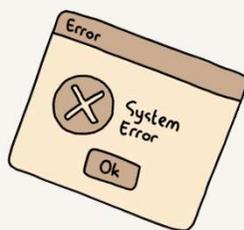


LE RÉGIME INSTRUCTEUR

La CNRACL est le dernier régime auquel l'agent a cotisé. Elle a pour mission d'instruire le dossier et sa décision emporte des conséquences sur les autres régimes.

Année	Fonction Publique		Autres régimes		Durée retenue*	
	Trim	Jours	Trim	Jours	Trim	Jours
2000			11		4	
2001			13		4	
2002			12		4	
2003			12		4	
2004			12		4	
2005			11		4	
2006			11		4	
2007			11		4	
2008			10		4	
2009			8		4	
2010			6		4	
2011			6		4	
2012			8		4	
2013			8		4	
2014	2		5		4	
2015	4				4	
2016	4				4	
2017	4				4	
2018	4				4	
2019	4				4	
2020	4				4	
2021	4				4	
2022	4		1		4	
2023	4				4	
2024	4				4	
2025	1				1	
Total	43		333		177	

Le relevé de carrière de l'agent



LA DURÉE D'ASSURANCE COTISÉE N'EST PAS DÉTAILLÉE

Le relevé de carrière info-retraite n'est pas conceptualisé pour répondre à une analyse de départ anticipé pour carrière longue.

On peut y retrouver la durée d'assurance réputée cotisée mais dénuée des différents vecteurs d'exclusion ou de plafonnement.

Par exemple tous les trimestres de chômage sont retenus sans plafonnement à 4. Le congé parental apparaîtra notamment comme période validée, ce qui peut induire l'agent en erreur.

“Mon relevé ne me sert à rien alors ?”

Relevé de carrière

Synthèse de vos droits (informations au 01/01/2024)

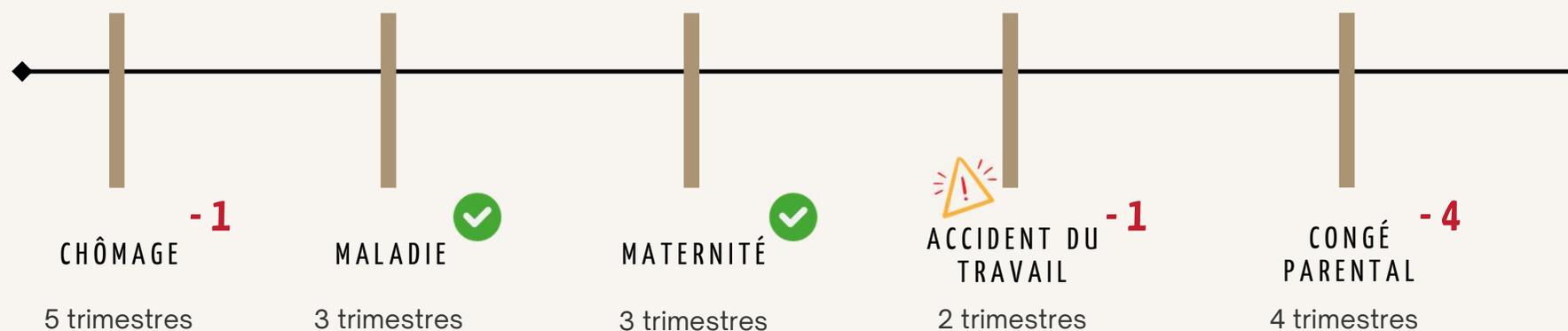
Détail par année

Année	Durée tous régimes		Durée par régime		Points par régime
1986	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1987	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1988	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	8,35 pts
1989	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	
1990	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1991	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1992	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1995	1 trim.	L'Assurance retraite	1 trim.	Agirc-Arrco	12,74 pts
1996	1 trim.	L'Assurance retraite	1 trim.	Agirc-Arrco	8,31 pts
1998	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
1999	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.		
2000	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	12 pts
2001	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	40,86 pts
2002	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	38,77 pts
2003	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	44,57 pts
2004	0 trim.	L'Assurance retraite	0 trim. (A)	Agirc-Arrco	46,71 pts
2005	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	54,42 pts
2006	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	78,46 pts
2007	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	54,75 pts
2008	4 trim.	L'Assurance retraite	4 trim.	Agirc-Arrco	95,35 pts
2009	2 trim.	L'Assurance retraite	2 trim.	Agirc-Arrco	35,02 pts

Report d'ouverture du droit

“ Effectivement, cela ne laisse pas beaucoup de place pour les interruptions de carrière”

MES ACCIDENTS DE CARRIÈRE HORS DOUBLON



Les congés maladie et les congés d'invalidité temporaire imputable au service (accident du travail) sont plafonnés à 4 trimestres sur toute la carrière



REPORT POSSIBLE =

6 trimestres

Le calcul de la pension CNRACL

FORMULE IDENTIQUE AU DÉPART SÉDENTAIRE



Formule de calcul

Détenu au moins 6 mois
avant la radiation des
cadres ou services
valables

Dernier
traitement
brut
indiciaire



75 %



Nombre trimestres
acquis dans la FP

Nombre trimestres
requis



Montant
annuel brut
de la retraite

Durée en liquidation :

- Permet de calculer la pension CNRACL
- S'exprime en trimestres
- Comprend les services civils et militaires, valables et validés et les bonifications

Durée de référence :

- Nombre de trimestres pour obtenir une pension à taux plein en fonction de sa génération et de sa catégorie d'emploi

Rester plus longtemps ?

Selon la carrière de l'agent, il peut être avantageux ou non de persister dans son activité. L'élément de calcul à retenir est le "Nombre de trimestres acquis dans la fonction publique".

CARRIÈRE CNRACL UNIQUEMENT

Les trimestres cotisés au delà de la durée d'assurance requise ne peuvent être pris en considération dans l'équation car le rapport ci-contre excèderait 1. En effet, le montant de la pension calculé sur la base des services ne peut dépasser 75% du dernier traitement brut indiciaire.

"Donc ici, ce n'est pas intéressant !"

CARRIÈRE MIXTE

Si l'agent comptabilise le nombre de trimestres requis avec X trimestres appartenant au régime général, alors l'agent pourra cotiser X trimestres de plus auprès de la CNRACL sans dépasser un rapport de 1.

"On est obligé ?"



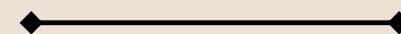
CE RAPPORT NE PEUT EXCÉDER 1 (SAUF BONIFICATION)



SURCÔTE

"EN CAS DE DÉPART ANTICIPÉ, JE PEUX BÉNÉFICIER D'UNE SURCÔTE ?"

Non, la surcôte ne se cagnotte que pour les trimestres cotisés au delà de l'âge légal "sédentaire".



BONIFICATION

"ET MES TRIMESTRES DE BONIFICATION ACCORDÉS AU TITRE DE MES ENFANTS?"

Ces trimestres seront comptabilisés et pourront donner lieu à une augmentation du montant de la pension, **dans la limite de 80% du dernier traitement brut indiciaire** (c'est l'exception d'un rapport excédant 1).

Demander sa retraite inter-régime en ligne

An illustration of a woman with grey hair, wearing a teal shirt, interacting with a digital interface. The interface shows a button labeled 'DEMANDER MA RETRAITE' and several document icons. The background is a mix of orange and teal colors.

Demander ma retraite

Vous souhaitez demander votre retraite pour toutes vos activités ?

Faites-le en une seule fois sur votre compte retraite

Accédez au service en ligne



La demande de retraite inter-régime en ligne permet d'informer tous les régimes de retraites auxquels l'agent a cotisé afin de fluidifier la procédure et de permettre une liquidation sans accroc.

- Elle garantit de faire valoir tous les droits sans risquer d'en oublier. Les régimes auxquels l'agent a cotisé sont proposés automatiquement.
- Possibilité de l'enregistrer et d'y revenir plus tard si modification souhaitée et vérification de la demande avant envoi. La demande est conservée 90 jours

Le soutien des maisons France Services



France Services
Proche de vous au quotidien



MIEUX CONNAITRE LES PÉRIMÈTRES D'ACTIVITÉS DE VOS CONSEILLERS

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Midi-Pyrénées

VOTRE CONSEILLER FRANCE SERVICES

VOUS ACCOMPAGNE
DANS L'UTILISATION
DES SERVICES EN LIGNE

- Création de l'espace personnel sur le site lassuranceretraite.fr
- Accompagnement dans l'utilisation des différents services en ligne : obtention du relevé de carrière, demande de retraite en ligne, suivi de dossier, prise de RDV avec un conseiller Carsat, ...
- Aide à la compréhension des courriers et à la complétion des formulaires

VOTRE CONSEILLER RETRAITE CARSAT

TRAITE
LES DEMANDES NÉCESSITANT
UNE EXPERTISE RETRAITE

- Prise en charge des signalements de situations sensibles détectées par les conseillers France Services
- Conseil retraite sur des situations individuelles : mises à jour de la carrière, détermination de la date de départ en retraite et explication de son montant, conseil sur les différents dispositifs légaux, ...
- Gestion et réalisation des rendez-vous retraite



Les pièces justificatives

Dans le cadre de l'étude préliminaires des dossiers de départ, le service retraite de CDG doit être saisi en moyenne 1 an avant le départ souhaité de votre agent.

Nos équipes vous solliciteront directement concernant les documents justificatifs nécessaires à l'instruction.

La CNRACL peut être également amenée à demander des pièces complémentaires pour lever un doute éventuel et fixer le régime de liquidation.

Le dossier doit être envoyé au régime au moins trois mois avant la date de radiation des cadres.



La radiation des cadres

Une fois la décision de l'agent prise et la date déterminée, celui-ci doit vous en informer par lettre en RAR. Il vous appartient alors de prendre un arrêté de radiation des cadres conformément à la date retenue.

Sous réserve d'atteinte de la limite d'âge, la date retenue ne peut être qu'un premier jour du mois suivant la date d'ouverture du droit.

Le CDG vous propose des modèles d'arrêté spécifiques pour chacun des départs possibles.

LA FIN DE VOS OBLIGATIONS

Une fois le dossier de l'agent instruit et son état "envoyé au paiement", vous êtes libérés de vos obligations. Le décompte définitif émis par la CNRACL doit être transmis à l'agent et tout recours sera adressé directement auprès du régime de retraite.

SERVICE RETRAITE

1 Séance d'information collective pour les actifs

09/09/2025 **Présentation générale des étapes clés pour bien préparer son départ à la retraite.**
Renseigner les actifs sur les conditions d'ouverture du droit à pension. Savoir s'orienter dans ses actions et déterminer les démarches à effectuer.

2 Rendez-vous statut

15/05/2025 **L'accompagnement du CDG**
Constitution du dossier, RDV agent, simulation, instruction...

05/06/2025 **De la carrière à la retraite**
Retour sur les bonnes pratiques de gestion de carrière.

26/06/2025 **Retour sur la carrière longue**
Les conditions et les enjeux du départ pour "Carrière longue"

16/09/2025 **La retraite progressive**
Décryptage du dispositif retraite progressive

07/10/2025 **De la carrière à la retraite**
Retour sur les bonnes pratiques de gestion de carrière.

20/11/2025 **La retraite pour invalidité**
La procédure de mise à la retraite au titre de l'invalidité

3 Ateliers pratiques

24/04/2025 **La carrière longue**

17/06/2025 **La carrière longue**

28/08/2025 **La retraite progressive**

16/10/2025 **La carrière longue**

04/11/2025 **La retraite progressive**

04/12/2025 **La retraite progressive**

Forum RETRAITE

Fonction Publique Territoriale



9 SEPTEMBRE 2025

>> S'INFORMER POUR BIEN S'Y PRÉPARER ! <<

CARMAUX
Salle F. Mitterrand

9h-12h30 et 13h30-17h

Programme

Stands d'information, échanges personnalisés

10h-12h30 : Conférences des caisses de retraite du « **privé** »
avec la CARSAT, l'AGIRC-ARRCO et l'IRCANTEC

13h30-14h15 : Présentation de **France Services**

14h30-16h30 : Conférence de la caisse de retraite « **publique** »
avec la CNRACL



Pour qui ?

agents publics nés avant le 31.12.1965
(fonctionnaires ou contractuels)



Inscription



Restauration
food truck
sur place le midi

Plus d'infos : www.cdg81.fr | 05 63 60 16 59



Carat

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE



France

Merci de
votre
attention

