

### Comment s'informer sur sa retraite ?

Le site officiel Info-retraite vous permet de disposer d'une information personnalisée sur votre retraite, de vous renseigner en amont sur les démarches à effectuer et sur le montant de votre retraite, de réaliser une demande unique de retraite valable auprès de toutes vos caisses de retraite. Nous vous détaillons tout cela plus précisément.

#### Comment trouver les caisses de retraite auxquelles on a cotisé au cours de sa carrière ?

La majorité des caisses de retraite dispose d'un site internet sur lequel vous pouvez accéder, à partir d'un espace personnel, aux informations vous concernant.

Vous pouvez retrouver la **liste des caisses de retraite** auxquelles vous avez cotisé au cours de votre carrière et leurs coordonnées, à l'aide du service ci-dessous :

- [Connaître vos régimes de retraite](#)

#### Quels sont les services proposés par le site officiel public, Info-retraite, commun à tous les régimes de retraite ?

Le **site officiel public Info-retraite** est le **site commun** à tous les régimes de retraite.

Ce site propose un ensemble de services que cette vidéo vous présente :

#### Comment se constituer une brochure d'information personnalisée sur ses droits à la retraite ?

Le **site public gratuit Info-retraite** vous permet de vous constituer une **brochure d'information personnalisée** sur vos droits à la retraite selon votre parcours professionnel et votre situation personnelle.

- [Ma retraite mode d'emploi : votre brochure en quelques clics !](#)

#### Comment accéder à son compte retraite ?

Le site Info-retraite **regroupe**, au fil de votre carrière, **toutes les informations** relatives à vos droits à la retraite acquis auprès de **vos différentes caisses de retraite**. Ces informations sont disponibles dans votre Compte retraite . Pour accéder à ces informations, vous devez vous **créer un compte retraite**.

Retrouvez dans cette vidéo les informations utiles pour vous aider à créer votre compte retraite :

Pour accéder à vos informations personnelles, créez votre compte retraite.

- [Mon compte retraite](#)

#### Comment consulter et corriger, si nécessaire, son relevé de carrière ?

Votre compte retraite vous permet de consulter votre **relevé de carrière** qui récapitule les périodes d'activité prises en compte pour votre retraite et le nombre de trimestres dont vous disposez.

Cette vidéo vous présente le service en ligne qui vous permet de visualiser votre relevé de carrière et d'accéder à la synthèse de vos droits à la retraite, enregistrés par vos caisses de retraite.

Vous pouvez imprimer et télécharger votre relevé de carrière **à tout moment**.

Si vous constatez que votre relevé de carrière comporte des anomalies ou que certaines périodes d'activité n'ont pas été prises en compte, vous pouvez en demander la correction à partir de votre compte retraite. **Ce service est accessible à partir de 55 ans** et uniquement en cas de connexion à votre compte retraite avec FranceConnect.

- [Info retraite – Corriger ma carrière](#)

#### Comment obtenir un entretien avec un conseiller retraite ?

L'entretien information retraite vous permet de faire le point sur votre carrière passée, d'obtenir des simulations du montant de votre retraite et de poser vos questions à un expert.

L'entretien information retraite vous permet d'obtenir des informations sur les points suivants :

Vos droits auprès de vos différentes caisses de retraite, de base et complémentaire

L'évolution de vos droits, compte-tenu de vos choix et des aléas de carrière (périodes de formation, de chômage, de temps partiel, de maladie, de maternité, etc.)

Le futur montant de votre retraite à différents âges (âge minimum légal de départ à la retraite, âge auquel vous pourrez bénéficier d'une retraite à taux plein...)

Les dispositifs permettant d'améliorer le montant de votre retraite : surcote, rachats de trimestre, retraite progressive, cumul emploi-retraite, etc.

Vous pouvez bénéficier d'un entretien **à partir de 45 ans**.

Pour cela vous devez contacter (par téléphone, courrier ou e-mail) l'une des caisses de retraite auprès desquelles vous avez cotisé.

Pour en trouver les coordonnées, vous pouvez utiliser le service suivant :

- [Connaître vos régimes de retraite](#)

#### Comment obtenir des informations sur la retraite progressive ?

La retraite progressive consiste à **percevoir une partie de vos retraites** de base et complémentaire **tout en poursuivant votre activité professionnelle à temps partiel**.

Pour bénéficier d'une retraite progressive, vous devez **remplir les conditions suivantes** :

Être à 2 ans de l'âge légal de départ à la retraite

Justifier d'au moins 150 trimestres d'assurance, toutes activités confondues.

Ce service vous permet de connaître les conditions de la retraite progressive selon votre activité :

- [Parcours Info Retraite – Retraite progressive](#)

Vous pouvez effectuer une **simulation du montant de votre retraite progressive**, dans votre compte retraite, avec le service Mon estimation retraite :

- [Mon compte retraite](#)

Si vous décidez de terminer votre carrière en retraite progressive, vous pouvez faire une **demande unique de retraite progressive** valable pour l'ensemble des caisses de retraite auprès desquelles vous avez des droits à pension.

La demande s'effectue également dans votre compte retraite au moyen du service Demander ma retraite progressive

La demande de retraite progressive doit être effectuée **au plus tôt 5 mois avant la date souhaitée**.

#### Comment réaliser une estimation du montant de sa retraite ?

À l'approche de votre retraite, vous pouvez obtenir, dans votre compte retraite, une **estimation du montant de votre retraite** à partir des informations de carrière enregistrées par vos caisses de retraite.

Vous pouvez recommencer autant de fois que vous le souhaitez en choisissant différents scénarios de carrière et de vie personnelle : expatriation, nouvel enfant, création d'entreprise, etc.

Cette vidéo vous présente plus précisément les possibilités offertes par le service de simulation du montant de votre retraite :

Accédez au service qui vous permet de réaliser une estimation de vos retraites :

- [Estimer le montant de votre retraite](#)

#### Comment faire une demande unique de retraite pour toutes ses caisses de retraite ?

Lorsque vous avez pris la décision de partir en retraite, votre compte retraite vous permet de faire une **demande unique de retraite** valable pour l'ensemble des caisses de retraite auprès desquelles vous avez des droits à pension.

Le formulaire de demande de retraite en ligne est personnalisé et pré-rempli de certaines informations.

Vous devez le compléter et joindre les justificatifs demandés scannés ou photographiés.

Lors de la saisie de vos informations, vous pouvez à tout moment revenir à l'étape précédente.

Vous pouvez aussi enregistrer votre demande pour y revenir plus tard. Elle est conservée 90 jours.

Vous pouvez suivre à tout moment l'état d'avancement de votre demande.

Vous devez faire votre demande de retraite **au moins 6 mois avant la date de départ souhaitée**.

Retrouvez dans cette vidéo les informations utiles pour vous aider à faire votre demande unique de retraite :

Avant d'effectuer votre demande unique de retraite en ligne, vous pouvez vous constituer un document d'information personnalisé qui vous guidera pour réaliser cette démarche.

- [Ma demande unique de retraite : mode d'emploi](#)

Pour démarrer votre demande unique de retraite, utilisez le service en ligne :

- [Faire votre demande unique de retraite](#)

#### Qu'en est-il des plans d'épargne retraite ?

Si vous bénéficiez de produits d'épargne retraite supplémentaire (contrats individuels ou collectifs), le service Mes contrats épargne retraite de votre compte retraite vous permet de les consulter.

Vous en bénéficiez si vous, ou peut-être l'un de vos employeurs, avez cotisé de façon facultative auprès d'un ou plusieurs organismes de gestion de retraite supplémentaire.

- [Mes comptes épargne retraite](#)

**Retraite d'un salarié du secteur privé**

**Avant la retraite**

[Rachat de trimestres](#)

**Départ anticipé à la retraite et retraite progressive**

[Retraite anticipée pour carrière longue](#)

[Retraite du salarié handicapé](#)

[Préretraite amiante](#)

[Retraite progressive](#)

**Trimestres de retraite**

[Durée d'assurance](#)

[Utilisation du compte professionnel de prévention \(C2P\) pour la retraite du salarié](#)

**Pension de retraite**

[Calcul de la retraite](#)

[Pension de retraite à taux plein](#)

[Cumul emploi-retraite](#)

[Retraite complémentaire Agirc-Arrco](#)

#### Pour en savoir plus

- [Info-retraite](#)

Source : Groupement d'intérêt public "Union retraite"

**Services en  
ligne**

- Mon compte retraite  
Téléservice
- Connaître vos régimes de retraite  
Téléservice
- Info retraite – Corriger ma carrière  
Téléservice
- Parcours Info Retraite – Retraite progressive  
Téléservice
- Estimer le montant de votre retraite  
Simulateur
- Ma demande unique de retraite : mode d'emploi  
Téléservice
- Faire votre demande unique de retraite  
Téléservice
- Mes comptes épargne retraite  
Téléservice



**Ville de**

**Palavas-les-Flots**

*Mairie de Palavas-les-Flots*

*Horaires : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.*

*Adresse : 16 Boulevard Maréchal Joffre – BP 106 – 34250 Palavas-les-Flots*

*Tél. : 04 67 07 73 00*