



VIVRE PARIS MATCH

# RETRAITE COMMENT RÉCUPÉRER SES TRIMESTRES MANQUANTS

Réclamer et obtenir vos trimestres de cotisation « oubliés » avant de partir à la retraite peut vous éviter de subir une décote.

Pour percevoir une retraite complète, vous devez justifier d'un nombre de trimestres de cotisation vieillesse qui dépend de votre année de naissance. Par exemple, si vous êtes né à partir de 1965, vous devez avoir validé 172 trimestres pour toucher une pension sans décote. Sinon, votre retraite sera minorée de 0,625 % par trimestre manquant, et ce jusqu'à votre décès. C'est dire s'il est important de partir avec tous ses trimestres ! Or il arrive que certains trimestres passent à la trappe. Plus de 1 dossier de retraite sur 7 comporte une erreur, selon la Cour des comptes. D'où l'importance de consulter avec soin votre relevé de carrière.

Le document vous est envoyé par courrier tous les cinq ans à partir de vos 35 ans. Vous pouvez aussi le télécharger, à tout moment, depuis votre compte disponible sur [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr).



**« LE CAS LE PLUS FRÉQUENT D'OUBLI EST LE SERVICE MILITAIRE, QUI PERMET D'OBTENIR QUATRE OU CINQ TRIMESTRES »**

VALÉRIE BATIGNE, présidente de Sapiendo Retraite

## Être attentif aux années incomplètes

« Si, dans votre relevé de carrière, vous voyez une année pour laquelle il n'y a aucun trimestre validé, moins de quatre trimestres ou encore une baisse importante de salaire, c'est qu'il y a sans doute un problème », avertit Philippe Bainville, expert retraite à la Caisse nationale d'assurance vieillesse. « Le cas le plus fréquent est celui du service militaire, qui permet d'obtenir quatre ou cinq trimestres. Ce n'est pas rien ! » constate Valérie Batigne, présidente de la société de conseil Sapiendo Retraite.

Parmi les trimestres oubliés, on peut aussi citer ceux validés au titre des arrêts maladie, des périodes de travail à l'étranger ou de chômage non indemnisé. Les demandeurs d'emploi en fin de droits peuvent acquérir jusqu'à quatre trimestres, et même vingt trimestres pour ceux âgés de plus de 55 ans s'ils continuent d'être inscrits au chômage.

## Déclarer ses enfants

Si vous êtes mère de famille, sachez que vos trimestres de maternité (huit trimestres par enfant dans le privé, deux trimestres par enfant dans le public) ne figurent pas dans votre relevé de carrière. « Cet oubli est normal puisque les caisses de retraite ne savent pas que vous avez des enfants. C'est pour cette raison que l'on vous demande une copie de votre livret de famille quand vous liquidez votre retraite », explique Philippe Bainville. De nombreuses mères partent ainsi tardivement à la retraite alors qu'elles ont atteint depuis longtemps leur durée de cotisation grâce à leurs trimestres de maternité.

L'assurance retraite propose un service en ligne pour déclarer ses enfants, ainsi que les oublis de carrière. Dès que vous décelez une erreur sur votre relevé de carrière, n'hésitez pas à le signaler à votre caisse de retraite par mail, par courrier ou en prenant rendez-vous.

## Garder ses justificatifs

« Il ne faut pas attendre le dernier moment pour le faire », insiste Philippe Bainville. « Je conseille de consulter son relevé de carrière une fois par an, comme pour son avis d'impôt », ajoute Valérie Batigne. Autre recommandation : veillez à bien garder vos fiches de paie, contrats de travail, attestations d'indemnités journalières versées en cas d'arrêt de travail ou d'allocations chômage. Ces documents vous seront demandés par les caisses de retraite pour corriger les erreurs ou les oublis de carrière. ■