



Quels sont les droits à la retraite pour les périodes de stage et d'apprentissage ?

 19/04/2024



Alors que les années d'études doivent être rachetées pour compter pour votre retraite, qu'en est-il des périodes de stage et d'apprentissage ? Soumises à des régimes particuliers concernant la rémunération et les cotisations sociales qui y sont attachées, ces périodes peuvent ouvrir des droits à la retraite sous certaines conditions et leur prise en compte a été

progressivement facilitée. Tour d'horizon des droits que vous procurent vos périodes de stage et d'apprentissage.

Stage et retraite : les conditions pour valider vos trimestres de stage

Les périodes de stage peuvent vous donner droit, à certaines conditions, à des trimestres de retraite. Ceux-ci compteront pour le calcul de votre retraite de base, et pourront aussi améliorer votre retraite complémentaire en allongeant votre durée d'assurance validée.

En revanche, les périodes de stage ne donnent jamais droit à des points de [retraite complémentaire](#).

Vous pouvez valider des trimestres de stage de 2 façons :

- directement en payant automatiquement des cotisations, si votre gratification est suffisamment élevée ;
- indirectement, en versant après le stage une cotisation à laCNAV.

Les trimestres acquis contre cotisations pendant le stage

La convention de stage n'est pas à proprement parler un contrat de travail : le stagiaire n'a pas de lien de subordination avec l'entreprise. Mais le stage donne bien lieu à une « gratification », obligatoire dès lors que le stage dure au moins 2 mois (ou 3 mois dans l'enseignement agricole).

Cette gratification ne peut pas être inférieure à 15 % du plafond horaire de la Sécurité sociale, soit 4,35 € en 2023. Pour un stage à temps plein (7 heures par jour), cela représente entre 609 € et 669,90 € par mois, selon le nombre de jours travaillés (entre 20 et 22).

Si vous percevez une gratification égale à ce minimum, vous n'accumulez aucun droit pour la retraite. En effet, aucune cotisation sociale (vieillesse ou autre) n'est prélevée sur cette somme.

En revanche, si votre gratification est supérieure à ce minimum, vous et l'entreprise versez des cotisations sociales sur la partie qui le dépasse.

La part de votre gratification qui dépasse le minimum peut donc vous permettre de valider des trimestres, à condition de représenter, sur toute l'année, [150 fois le Smic horaire](#) pour 1 trimestre (soit 1 747,50 € en 2024).

Exemple pour 2023 : Thomas effectue un stage de 6 mois entre janvier et juin 2023 avec une gratification de 7 € de l'heure. Il travaille au total 882 heures, pour une gratification cumulée de $882 \times 7 = 6\,174$ €. Pour le calcul des droits à la retraite, est prise en compte la part de gratification supérieure au minimum, soit $7 - 4,05 = 2,95$ €.

Au total, il aura cotisé sur un revenu de $882 \times 2,95 = 2\,601,90$ €.

Ce revenu étant supérieur à 1 690,50 € (seuil à atteindre pour valider 1 trimestre en 2023), Thomas valide donc 1 trimestre retraite pendant son stage.

Les trimestres acquis de cette manière sont des trimestres à part entière, qui réduisent votre [décote](#) et accroissent votre coefficient de proratisation. Vous n'avez aucune démarche à effectuer pour obtenir leur validation.



Valider vos trimestres après le stage

Il existe également, depuis la [réforme des retraites de 2014](#), un moyen de valider des trimestres de stage après l'avoir effectué : la cotisation volontaire. Le principe est le même que pour le « [rachat de trimestre retraite](#) ».

En 2023, vous devez verser 464 € pour valider 1 trimestre d'assurance retraite sur votre période de stage d'études en entreprise. Vous pouvez payer vos trimestres en plusieurs fois.

Attention cependant, à la différence des trimestres cotisés, les trimestres de stages validés de cette façon permettent de réduire la décote (ils s'ajoutent à votre durée d'assurance requise), mais n'améliorent pas votre coefficient de proratisation (ils ne s'ajoutent pas à votre durée d'assurance de référence au régime général). Il y a donc moins d'options que dans les autres [types de rachat de trimestre](#).

Pour valider a posteriori vos trimestres de stage, il faut remplir toutes les conditions suivantes :

- votre stage était conventionné et rémunéré, dans le cadre de l'enseignement supérieur ;
- votre stage a duré au moins 2 mois (en continu ou non), dans le même organisme ;
- votre stage a débuté après le 14 mars 2015.

Vous pouvez valider 2 trimestres au maximum à travers cette cotisation volontaire. Ces trimestres doivent être déduits du maximum de [4 trimestres d'études que vous pouvez racheter](#) à prix réduit avant la fin de l'année de votre 30^e anniversaire. Ainsi, si vous validez 1 trimestre de stage, vous ne pourrez plus racheter que 3 trimestres d'études à prix réduit.

Les conditions pour valider vos trimestres d'apprentissage

Les périodes d'apprentissage donnent aussi lieu à des cotisations (volontaires ou automatiques) pour la retraite. Les conditions changent selon la période à laquelle vous avez réalisé votre apprentissage.

À la différence de la convention de stage, le contrat d'apprentissage donne droit à des points pour la retraite complémentaire Agirc-Arrco.

Retraite et apprentissage : droits depuis le 1^{er} janvier 2014

Chaque trimestre d'apprentissage après le 1^{er} janvier 2014 compte comme 1 trimestre pour la retraite. En cas de rémunération insuffisante, l'État paye pour vous les cotisations manquantes. Vous n'avez aucune démarche à effectuer pour obtenir ces trimestres.

Ces trimestres comptent comme des trimestres cotisés (ils sont pris en compte dans les dispositifs de la retraite anticipée et du minimum contributif).

Retraite et apprentissage : droits entre le 1^{er} janvier 1972 et le 31 décembre 2013

Vous pouvez obtenir des trimestres de 2 façons complémentaires : par votre rémunération ou par rachat.

Validation de trimestre de retraite par rémunération

En tant qu'apprenti, vous avez perçu une rémunération, et donc acquis des droits à la retraite, à raison de 1 trimestre par tranche de 200 fois le Smic horaire perçue dans l'année.

En pratique, votre rémunération en tant qu'apprenti ne vous permettait pas de cotiser suffisamment pour valider 4 trimestres par an. En effet, votre salaire minimum était égal à un montant situé entre 15 % et 45 % du Smic, selon votre âge et année d'apprentissage.

Si vous avez effectué vos années d'apprentissage pendant cette période, vous avez donc validé entre 7 et 11 trimestres sur 3 ans. Il vous manque en conséquence 1 à 5 trimestres.

Validation de trimestre de retraite par rachat

Depuis la réforme de 2014, il vous est possible de racheter des trimestres d'apprentissage manquants pour un tarif forfaitaire unique et avantageux.

En 2024, ce montant s'élève à 1 553,62 € par trimestre.

Ces trimestres comptent à la fois pour réduire la décote et pour accroître votre coefficient de proratisation (pour la durée d'assurance requise et pour la durée d'assurance de référence). Depuis la réforme des retraites de 2023, ils sont considérés comme cotisés (et donc pris en compte pour des dispositifs comme le départ anticipé pour carrière longue).

Vous pouvez racheter jusqu'à 4 trimestres d'apprentissage à ce prix, dans la limite des 12 trimestres qu'il est permis de racheter au total (années d'études + années incomplètes).

Pour un apprentissage réalisé avant le 1er janvier 1972

Vos droits à la retraite sont proportionnels à la rémunération que vous avez perçue. Pour cette période, le montant de salaire requis pour valider 1 trimestre était équivalent au montant trimestriel de l'Allocation des vieux travailleurs salariés (AVTS, le « minimum vieillesse » de l'époque) pour l'année concernée.

En 1966, par exemple, il fallait avoir gagné 312,50 francs dans l'année pour valider 1 trimestre.

Découvrez le [montant de l'AVTS par année](#).

Il n'existe pas de possibilité de rachat spécifique à l'apprentissage pour cette période.

Ce qu'il faut retenir sur les droits à la retraite avec les stages et l'apprentissage

Seule la part de gratification du stage au-delà du minimum légal (4,35 € par heure) permet de valider des trimestres retraite dans les conditions habituelles (150 Smic horaire – 1 747,50 € en 2024 – pour 1 trimestre, dans la limite de 4 par an).

Depuis 2014, vous pouvez racheter des trimestres de stage selon des modalités particulières. Depuis la réforme des retraites de 2023, vous pouvez racheter vos trimestres de stage jusqu'au 31 décembre de l'année de vos 30 ans. Auparavant, vous deviez les racheter dans les 10 années qui suivaient la fin de vos études.

La validation des trimestres d'apprentissage dépend de leur date de réalisation :

- depuis 2014, 1 trimestre d'apprentissage = 1 trimestre retraite. Ces trimestres sont automatiquement validés ;
- de 1972 à 2013, les trimestres sont validés selon votre rémunération ou par rachat ;
- jusqu'en 1971, les trimestres sont validés uniquement selon votre rémunération.

Depuis septembre 2023, les trimestres d'apprentissage rachetés à un tarif préférentiel comptent pour la retraite anticipée.