



Trimestre cotisé, trimestre validé, trimestre assimilé, quelle différence ?

 15/04/2024



Dans la plupart des régimes de retraite de base, une des conditions pour bénéficier d'une pension de retraite à taux plein est de valider un certain nombre de trimestres. Mais il existe des trimestres cotisés, des trimestres validés et des trimestres assimilés... entre lesquels il peut être difficile de se retrouver ! Pour ne pas vous tromper, faisons le point sur leur définition, leurs différences et leur importance dans le calcul de votre pension de retraite.

Comment calculer les trimestres retraite validés ?

Pour obtenir le nombre total de trimestres validés, on additionne 2 types de trimestres : les trimestres cotisés et les trimestres assimilés.

Trimestres validés = trimestres cotisés + trimestres assimilés

Trimestre cotisé

Trimestre ayant donné lieu à un versement de cotisations calculées sur les revenus d'activité. Les trimestres cotisés correspondent à des trimestres au cours desquels des cotisations retraite ont été effectivement prélevées sur le revenu et versées aux caisses de retraite.

À noter : depuis le 1er janvier 2014, pour valider 1 trimestre de retraite, il faut avoir gagné au cours de l'année l'équivalent de 150 fois le Smic horaire au 1er janvier de l'année concernée. En 2024, ce montant correspond à 1 747,50 € €, soit 6 990 € € pour une année entière (4 trimestres).

Trimestre assimilé

Trimestre n'ayant pas donné lieu à cotisation, mais qui est néanmoins validé. Les trimestres assimilés correspondent à des trimestres attribués dans des cas très divers : chômage, maternité/paternité, maladie, service militaire, mais aussi sportifs de haut niveau, chômeurs créateurs d'entreprise, expatriés, personnes en détention provisoire ou lors de stages de formation professionnelles.

En savoir plus sur les [trimestres assimilés](#).



Trimestres cotisés et assimilés apportent-ils les mêmes droits ?

Pas tout à fait ! Si tous les trimestres sont pris en compte dans la plupart des cas – dont le calcul de la durée d'assurance requise – la distinction a son importance dans certaines circonstances.

Par exemple, pour bénéficier du [départ anticipé pour handicap](#), il faut pouvoir justifier non seulement d'un certain nombre de trimestres validés, mais aussi, parmi ceux-ci, d'un certain nombre de trimestres cotisés.

De même, pour le [départ anticipé pour carrière longue](#), il existe des conditions distinctes de durée d'assurance validée et de durée d'assurance cotisée. Dans ce dernier cas, et plus précisément pour les salariés ayant commencé à travailler dès l'âge de 14/15 ans, on parle de « trimestres réputés cotisés ».

En savoir plus sur [les conditions d'âge et de durée de cotisation](#).

