

ACCUEIL > COMPRENDRE > L'ESSENTIEL SUR LA PRÉPARATION À LA RETRAITE > MON ÂGE DE DÉPART À LA RETRAITE > CONDITIONS ET ÂGE DE DÉPART À LA RETRAITE > J'AI COTISÉ PLUS DE TRIMESTRES QUE NÉCESSAIRE MAIS N'AI PAS ATTEINT 62 OU 64 ANS. PUIS-JE PARTIR PLUS TÔT À LA RETRAITE ?



# J'ai cotisé plus de trimestres que nécessaire mais n'ai pas atteint 62 ou 64 ans. Puis-je partir plus tôt à la retraite ?

 08/06/2023

En principe, le fait d'avoir validé suffisamment de trimestres (avoir cotisé entre 166 et 172 trimestres suivant votre année de naissance) ne permet pas de partir automatiquement à la retraite. Pour cela, il est théoriquement nécessaire d'avoir atteint l'**âge légal de la retraite**, c'est-à-dire entre 62 et 64 ans suivant votre année de naissance. Cependant, des exceptions existent.

## Rappel de l'âge minimal de départ à la retraite

[L'âge légal de départ à la retraite](#) est l'âge à partir duquel vous pouvez demander à prendre votre retraite. En France, cet âge est de 64 ans pour les assurés nés à partir de 1968, entre 62 ans et 64 ans pour les assurés nés avant cette date.

Il n'est donc, en principe, pas possible de prendre sa retraite avant 62 ou 64 ans.



## Départ anticipé à la retraite : les exceptions

Il existe plusieurs cas de départ anticipé à la retraite.

## Vous avez commencé à travailler jeune

Si vous avez commencé à travailler avant vos 21 ans, et sous réserve que vous remplissiez les conditions demandées, vous pourrez profiter du [départ anticipé pour carrière longue](#).

Le dispositif « carrière longue » existe dans la quasi-totalité des régimes de base et des régimes complémentaires. Vous serez concerné par ce dispositif si :

- vous avez commencé à travailler avant vos 16, 18, 20 ou 21 ans ;
- vous remplissez une condition de durée d'assurance et de cotisation qui varie suivant les cas.

## Vous êtes en situation de handicap

Si vous avez passé l'essentiel de votre carrière professionnelle en situation de [handicap](#), et que vous remplissez les conditions de durée d'assurance validée et cotisée avec un taux d'incapacité de 50 % minimum, alors vous pourrez demander à partir à 55 ans.

## Le départ anticipé pour pénibilité

Si vous êtes exposé à des facteurs de [pénibilité au travail](#), vous pourrez demander un départ anticipé dès vos 62 ans (ou 60 ans selon votre génération), voire avant si vous avez travaillé au contact de l'amiante.

## Les cas particuliers en fonction de votre profession

Si vous exercez un métier qui nécessite des aptitudes physiques particulières (comme les militaires, les danseurs de l'Opéra de Paris, etc et même les contrôleurs aériens), vous serez l'objet d'une mise à la retraite d'office avant vos 60 ans. On citera également le cas des agents des régimes spéciaux, [ceux de la catégorie A de la RATP](#) par exemple (le régime a été supprimé avec la réforme des retraites de 2023, mais concerne encore les embauchés avant le 1er septembre 2023).

Si vous n'êtes concerné par aucun de ces cas, il vous faudra encore patienter avant de profiter pleinement d'une retraite bien méritée !