

Paris, le 28 janvier 2026

## Préparer sa retraite et envisager toutes les possibilités : informations et services mis à jour (LFSS 2026)



Le simulateur *Mon estimation retraite* vient d'être actualisé. Les services, développés par l'Union Retraite et les régimes membres du groupement, intègrent la suspension de la réforme des retraites ainsi que certaines autres mesures prévues par la Loi de financement de la sécurité sociale pour 2026.

### — RELEVÉ DE CARRIÈRE NUMÉRIQUE ET ESTIMATION RETRAITE

À l'approche de la retraite, les assurés consultent leurs droits sur [leur compte retraite](#). Ils accèdent aux services en ligne :

- **Ma carrière** pour retrouver tous leurs droits enregistrés tout au long de leur carrière quel que soit leur âge et quelles que soient leurs activités actuelles et passées. Les assurés peuvent demander une modification avec le service **Corriger ma carrière** accessible à partir de 55 ans ;
- **Mon estimation retraite** pour se projeter, si besoin ajouter des informations (enfant...) et obtenir pour chaque âge de départ possible, le nombre de trimestres nécessaires et un montant mensuel de retraite indicatif.

### — MISE À JOUR DU SERVICE MON ESTIMATION RETRAITE

Dès cette semaine le simulateur prend en compte :

- L'ajustement des âges et des trimestres pour les générations 1964 à 1968 ;
- La prise en compte pour les mères des 23 ou 24 meilleures années pour la CNAV, CNAV-TI, MSA-SA, MSA-NSA, CAVIMAC.

Une seconde mise à jour interviendra ultérieurement (date à confirmer) sur :

- L'ajout de 2 trimestres « enfant » pris en compte pour la carrière longue ;
- La mise à jour de la surcote parentale ;
- L'ajout d'un trimestre de bonification de durée de liquidation pour les femmes fonctionnaires ;
- La publication du parcours simulation Cumul Emploi-Retraite lorsque les décrets d'application de la LFSS seront parus.

À noter : des simulateurs en mode non connectés prennent en compte la suspension de la réforme :

- Simulateur « Age légal de départ à la retraite » : [Calculer mon âge légal de départ à la retraite Info Retraite](#)
- Simulateur « Retraite anticipée pour carrière longue » : [Simulateur retraite anticipée pour carrière longue Info Retraite](#)

### — RETRAITE PROGRESSIVE POUR UNE TRANSITION EN DOUCEUR

Pour trouver un équilibre entre vie professionnelle et retraite, les assurés peuvent envisager de partir progressivement à la retraite.

- Pour connaître les conditions d'attribution de la retraite progressive selon son activité : [Parcours Retraite progressive Info Retraite \(info-retraite.fr\)](#)

### — LE MOMENT VENU, PASSER À L'ACTION

À chaque retraite, son service de demande en ligne !

Selon le choix de l'assuré, il pourra utiliser le service **Demander ma retraite progressive** ou **Demande ma retraite** (prise en compte des âges liés à la suspension de la réforme en avril 2026). Ces services, accessibles depuis leur compte retraite, permettent de faire la demande en ligne en une seule fois auprès de l'ensemble de leurs régimes de retraite.

La rubrique « Réforme » sur [info-retraite.fr](#) est mise à jour au fur et à mesure des évolutions...

## À propos d'Info Retraite

Les services Info Retraite sont développés en commun par l'ensemble des organismes de retraite (régimes obligatoires) pour simplifier les démarches des assurés. Cette offre de services est disponible sur le site internet commun à tous les régimes de retraite [www.info-retraite.fr](http://www.info-retraite.fr) et sur ceux de certains régimes.

Le site [www.info-retraite.fr](http://www.info-retraite.fr), le compte retraite et l'offre de services Info Retraite sont gérés par l'Union Retraite, le groupement d'intérêt public (GIP) qui réunit les organismes de retraite, de base et complémentaire.

## Contacts presse

Elise Marcot : [elise.marcot@union-retraite.fr](mailto:elise.marcot@union-retraite.fr) – 01 73 08 27 92

Thomas Tracou : [thomas.tracou@union-retraite.fr](mailto:thomas.tracou@union-retraite.fr) – 01 73 08 27 66

- [LinkedIn](#)
- [Rapport d'activité 2024 Union Retraite](#)

## Les organismes membres de l'Union Retraite

L'Assurance retraite, Agirc-Arrco, CNRACL, SRE, MSA, Ircantec, RAFP, Cipav, Carpimko, CNBF, Carmf, Ircec, CARCDSF, CAVP, Cavec, Cavamac, CARPV, CPRN, Cavom, CPRPF, CNIEG, CRPCEN, CRP RATP, Enim, CRPN, FSPOEIE, Cavimac, Banque de France, CANSSM, CROPERA, CRPCF, Port autonome de Strasbourg, Caisse des Dépôts, CNAVPL et CPSTI.

