

**MODE D'EMPLOI**

# COMMENT OBTENIR SON RELEVÉ DE TRIMESTRES ?

mis à jour en mars 2026

**!** Cette procédure n'est accessible qu'aux travailleurs âgés de plus de 55 ans

✓ Rendez-vous sur le site de l'Assurance retraite

➤➤➤ [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)

✓ Connectez-vous à votre espace personnel, ou créez-le si vous n'en avez pas déjà un.



Une fois identifié(e), cliquez sur « Mettre à jour mon relevé de carrière » et poursuivez la procédure jusqu'à ce que vous puissiez visualiser le relevé à l'écran (cela ne déclenchera pas de mise à jour).

Votre carrière s'affiche à l'écran.

Cliquez sur « imprimer » puis sélectionner l'option « imprimer au format PDF » de votre logiciel pour enregistrer ou imprimer votre relevé de trimestres.



Visualiser votre relevé de carrière : détail de votre carrière

Donner votre avis sur ce service

Retour Comment ça marche

Relevé de carrière à la date du 06.08.2023

Année	Employeur ou nature de l'activité	Trimestres			Revenus en francs	Revenus en euros
		R <sup>1</sup>	AR <sup>2</sup>	TR <sup>3</sup>		
1983	activité régime général	2	2	2		
1984	activité régime général	1	1	1		
1985	activité régime général	0	0	0		
1986		0	0	0		
1987		0	0	0		
1999		0	0	0		
2000		0	0	0		

