

## La retraite se demande 6 mois avant la date de départ !

Communiqué de presse

**Les agents de la Carsat Languedoc-Roussillon sont au service des assurés pour les aider dans la constitution de leur dossier de demande de retraite.**

### Comment connaître l'âge de son départ à la retraite ?

Une simulation est possible sur [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr) et en créant son espace personnel, chacun peut avoir accès à son relevé de carrière recensant toutes les périodes d'activité.

Il est également possible de s'entretenir avec un conseiller au cours d'un entretien individuel ou collectif. Pour en bénéficier, il suffit d'appeler le 3960 (service gratuit), du lundi au vendredi, de 8h à 17h, pour demander un rendez-vous ([plages horaires à privilégier](#)).

### Comment faire sa demande de retraite ?

La demande de retraite doit être formulée par l'assuré 6 mois avant la date de départ souhaitée :

- sur le site de l'Assurance retraite grâce au service "[Demander sa retraite en ligne](#)" : rapide et efficace, c'est un gain de temps ;
- au cours d'un rendez-vous avec un conseiller au sein d'une de nos agences ou par téléphone ;
- dans une structure France Service : horaires et contacts sur [www.cohesion-territoires.gouv.fr](http://www.cohesion-territoires.gouv.fr).

### L'anticipation est la clé d'une bonne préparation à la retraite !

Une période de 6 mois est nécessaire pour bien accompagner les assurés dans leurs démarches.

92% des bénéficiaires d'une pension de retraite sont satisfaits des services de la Carsat L-R en 2020.



### En quelques mots...

La Carsat Languedoc-Roussillon est un organisme du régime général de la Sécurité sociale, qui exerce des missions de service public. Elle intervient auprès des actifs, des retraités et des entreprises au titre de la retraite, du bien vieillir, de la prévention des risques professionnels.

Contact Presse : **Elodie Spagnuolo**

[elodie.spagnuolo@carsat-lr.fr](mailto:elodie.spagnuolo@carsat-lr.fr) / 06 79 15 89 62

Retrouvez-nous sur [www.carsat-lr.fr](http://www.carsat-lr.fr)

et rejoignez-nous sur

