

Guida in 8 passi per lavoratori interessati ad anticipare la pensione



Questa Guida ha l'obiettivo di orientarti sui passaggi necessari per verificare se hai maturato i requisiti per la pensione, le possibili soluzioni per anticipare il pensionamento e come inviare la domanda di pensione online.

Si rivolge alla generalità dei lavoratori, ad esclusione delle categorie che, in relazione al particolare tipo di lavoro svolto, possono avere per legge requisiti specifici (es. Forze Armate, Minatori)



Gli otto passi

Seguendo la sequenza di **passi della Guida** e cliccando sui link attivi nel testo accederai alle schede informative e ai servizi online nel sito INPS per:

- verificare i requisiti, anagrafico e contributivo, per la pensione di vecchiaia e anticipata nel 2019 (**passo 1**);
- controllare i contributi presenti nel tuo estratto conto contributivo ed eventualmente inviare segnalazioni per rettifiche (**passo 2**);
- verificare se hai i requisiti per accedere ad altri tipi di pensione anticipata: quota 100, opzione donna, pensione per lavoratori precoci, pensione per lavoratori addetti a lavori usuranti (**passo 3**);
- valutare, attraverso un simulatore, la data in cui potresti maturare i requisiti per la pensione di vecchiaia, o per una forma di pensione anticipata, e il possibile importo dell'assegno pensionistico (**passo 4**);
- valutare possibili alternative per incrementare la tua anzianità contributiva e verificare se rientri in categorie per le quali sono previste maggiorazioni o altri benefici contributivi (**passo 5**);
- valutare la possibilità di accedere a misure di accompagnamento alla pensione: ape sociale, assegno straordinario di sostegno al reddito, prestazioni di accompagnamento alla pensione in caso di crisi e ristrutturazione aziendale (**passo 6**);
- verificare quale prestazione previdenziale a carico dell'INPS (TFR o TFS o prestazione a carico del Fondo di tesoreria) ti spetta alla cessazione del rapporto di lavoro (**passo 7**);
- inviare on line la tua domanda di pensione (**passo 8**).



Passo 1 - Verifica quali sono i requisiti, anagrafici e contributivi, per la pensione di vecchiaia e per la pensione anticipata nel 2019

Se sei lavoratore dipendente, lavoratore autonomo o collaboratore/libero professionista iscritto alla Gestione separata INPS, dal 2019 puoi richiedere la pensione di vecchiaia se hai raggiunto i **67 anni di età e almeno 20 anni di contributi**. Per maggiori informazioni consulta la scheda [Pensione di vecchiaia per gli iscritti all'Assicurazione Generale Obbligatoria e alla Gestione separata](#) o se sei dipendente pubblico la scheda [Pensione di vecchiaia per gli iscritti alla Gestione dipendenti pubblici](#).

Puoi inoltre verificare la possibilità di anticipare la pensione, se sei in possesso di **41 anni e 10 mesi di contributi (requisito previsto per le donne), oppure di 42 anni e 10 mesi (requisito previsto per gli uomini), a prescindere dall'età anagrafica**. Questi requisiti contributivi rimangono fermi fino al 31 dicembre 2026. Per maggiori informazioni consulta la scheda [Pensione anticipata](#).

Se rientri invece in una delle categorie di lavoratori iscritti ai Fondi speciali (fondo esattoriali, fondo lavoratori marittimi, ex fondo elettrici, ecc.), consulta la scheda di orientamento [Le prestazioni pensionistiche dei fondi](#) per verificare gli specifici requisiti per il diritto a pensione.

Passo 2 - Controlla i contributi presenti nel tuo estratto conto contributivo ed eventualmente invia segnalazioni per rettifiche

Per renderti conto dei contributi che hai già accumulato per la pensione, verifica che il tuo **estratto conto contributivo sia completo, costantemente aggiornato e corretto**, che vi siano cioè riportati tutti i periodi in cui hai lavorato con la relativa contribuzione versata.

Vedi la scheda [Consultazione Estratto conto contributivo/previdenziale](#) (se sei iscritto ad una gestione privata) oppure [Consultazione Estratto conto previdenziale per dipendenti pubblici](#) e con le tue credenziali (codice fiscale e PIN o SPID o CNS) accedi al servizio [Estratto conto contributivo](#) per verificare i contributi versati nella tua posizione assicurativa.

Ricorda che il servizio **Estratto Conto Contributivo** è accessibile anche dal tuo smartphone scaricando l'App INPS Mobile.

Se riscontri anomalie nel conto assicurativo e vuoi richiedere la rettifica del tuo estratto conto procurati in formato elettronico la documentazione relativa al periodo di lavoro per il quale non risultano i contributi e invia questa documentazione accedendo ai servizi di seguito indicati.

Se la segnalazione riguarda un rapporto di lavoro privato, consulta la scheda [Richiedere la rettifica del proprio estratto conto contributivo \(segnalazione contributiva\)](#), e accedi con le tue credenziali al servizio [Fascicolo previdenziale del cittadino](#), selezionando nel menu interno del servizio le voci *Posizione assicurativa > Segnalazioni contributive*.

Se invece l'anomalia è relativa ad un rapporto di lavoro con una pubblica amministrazione, consulta la scheda ["Richiesta di Variazione della Posizione Assicurativa \(RVPA\) dipendenti pubblici"](#) e accedi con le tue credenziali al servizio dedicato (con il pulsante *Accedi al servizio* presente nella scheda).

Passo 3 - Verifica se hai i requisiti per accedere ad altri tipi di pensione anticipata: quota 100, opzione donna, pensione per lavoratori precoci, pensione per lavoratori addetti a lavori usuranti

Se non hai i requisiti per la pensione di vecchiaia e vuoi valutare altre forme di pensionamento anticipato puoi verificare se possiedi i **requisiti per anticipare il pensionamento**.

- Se hai **62 anni di età e 38 anni di contribuzione**, potresti accedere a **Pensione Quota 100**. Questa pensione anticipata è sperimentale ed è rivolta a coloro che maturano i predetti requisiti nel periodo dall'1 gennaio 2019 al 31 dicembre 2021;
- Se sei una **lavoratrice dipendente e hai compiuto 58 anni, oppure una lavoratrice autonoma ed hai compiuto 59 anni, e possiedi 35 anni di contribuzione**, potresti accedere a [Pensione opzione donna](#). Questa pensione anticipata è prevista per le donne che abbiano maturato i predetti requisiti anagrafici e contributivi entro il 31 dicembre 2018;
- Se hai **almeno un anno di contribuzione da lavoro effettivo prima dei 19 anni di età**, potresti accedere alla [Pensione per i lavoratori cd. Precoci](#);
- Se sei **addetto ad una categoria di lavoro "usurante"** tra quelle indicate nella scheda [Benefici previdenziali per gli addetti ai lavori usuranti](#), verifica se possiedi tutti gli altri requisiti per accedere alla domanda di pensione anticipata riservata a queste categorie;
- Se hai versato **contributi non solo alle Gestioni amministrare dall'INPS ma anche in altre Casse professionali** (ad es. INPGI, INARCASSA ecc.) ed hai complessivamente **40 anni di contributi** verifica se puoi accedere alla [Pensione di anzianità in regime di totalizzazione](#)

Passo 4 - Valuta la data in cui potresti maturare i requisiti per la pensione di vecchiaia o per una forma di pensione anticipata e simula come potrebbe variare l'importo dell'assegno pensionistico

Per orientarti nel valutare se anticipare o meno l'uscita dal lavoro, INPS ti mette a disposizione un simulatore, al quale puoi accedere consultando la scheda [La mia pensione futura: simulazione della propria pensione](#), e la consulenza su appuntamento di un proprio esperto nella tua Sede INPS di riferimento.

- Con il servizio [La mia pensione futura](#), oltre a verificare ulteriormente la data in cui hai maturato o maturerai i requisiti per inviare la domanda di pensione di vecchiaia o anticipata, puoi calcolare l'importo della pensione che potresti percepire e simulare diversi scenari. Il calcolo dell'importo, fornito a prescindere dall'andamento dell'inflazione, si basa sulla normativa in vigore e su tre elementi fondamentali: età, storia lavorativa e retribuzione/reddito.

Con queste informazioni potrai cominciare a valutare, in base alla tua situazione, le possibili soluzioni per l'uscita dal lavoro, simulando come potrebbe variare approssimativamente l'importo della tua pensione.

Nota: Il simulatore non tiene conto ad oggi della contribuzione versata in alcune casse (Casse della Gestione pubblica e Casse professionali) per le quali sono previsti ulteriori sviluppi.

- Per una valutazione più approfondita della tua situazione previdenziale puoi richiedere un appuntamento nella Sede INPS di riferimento per ricevere una consulenza da un esperto INPS, chiamando il Contact Center INPS, raggiungibile da rete fissa (803 164), telefonia mobile (06 164 164) e internet (Voip e Skype) come indicato nella sezione [Contatti](#) del portale INPS.

Passo 5 - Valuta le possibili alternative per incrementare la tua anzianità contributiva e verificare se rientri in categorie per le quali sono previste maggiorazioni o altri benefici contributivi

Per incrementare gli anni di contribuzione e raggiungere prima i requisiti per l'uscita anticipata dal lavoro e/o per incrementarne l'importo della pensione, puoi valutare la possibilità di ricongiungere contribuzione versata in altre Gestioni o di versare ulteriori contributi previdenziali, in aggiunta a quelli già accreditati, mediante i riscatti. Il riscatto consente di valorizzare ai fini contributivi, a domanda, periodi e servizi altrimenti non utili ai fini pensionistici mediante il versamento di un contributo a carico del richiedente, tramite il [Portale Pagamenti](#). Puoi chiedere il riscatto di periodi privi di contribuzione utilizzando anche la misura sperimentale prevista dall'art. 20, commi 1 – 5, del D.L. n.4/2019 (cd Pace Contributiva).

Consulta la scheda Prestazione [Riscatto dei periodi non coperti da contribuzione](#)

Se sei **iscritto/a ad un Fondo della Gestione privata INPS**, valuta la possibilità di riscattare dei periodi per raggiungere prima la pensione consultando le seguenti schede Prestazione:

- [Riscatto della laurea ai fini pensionistici gestioni dipendenti privati](#)
- [Riscatto dei periodi di lavoro compiuti all'estero](#)
- [Riscatto dei periodi per contributi omessi e prescritti](#)
- [Riscatto dei periodi per gli iscritti alle gestioni private](#)

Per controllare se hai la possibilità di ricongiungere nella Gestione privata, in cui versi attualmente, contributi versati in precedenza in altre Gestioni consulta la scheda:

- [Ricongiunzione dei contributi da qualsiasi gestione previdenziale verso gestioni previdenziali dipendenti privati](#)

Se invece sei **iscritto/a ad una Cassa della Gestione pubblica**, valuta la possibilità di riscattare periodi consultando le schede Prestazioni di seguito linkate:

- [Riscatto a fini pensionistici per iscritti alle casse CPDEL, CPS, CPI e CPUG della Gestione Pubblica](#) e accedi tramite il pulsante al servizio [Riscatto ai fini pensionistici - Domanda](#)
- [Riscatto ai fini pensionistici per iscritti alla Cassa dei Trattamenti Pensionistici dello Stato](#) e accedi tramite il pulsante al servizio [Riscatto ai fini pensionistici - Domanda](#)
- [Gestione Dipendenti Pubblici: termini per l'accettazione del provvedimento di riscatto ai fini pensionistici e modalità di pagamento onere](#)

Infine, consultando la scheda di orientamento "[Riconoscimento dei contributi figurativi](#)" puoi verificare se hai la possibilità di chiedere il riconoscimento di alcuni periodi (servizio civile, militare, maternità ecc.)



oppure puoi valutare di incrementare la tua anzianità contributiva versando contributi volontari e facoltativi come illustrato nella scheda di orientamento "[Come versare i contributi volontari e facoltativi](#)" e nella scheda Prestazione "[Contributi volontari](#)".

Verifica infine se rientri in una delle categorie per le quali è previsto il riconoscimento di un ulteriore periodo di accredito figurativo da sommare a quello già presente per raggiungere i requisiti richiesti.

Consulta le schede Prestazione di seguito e, se appartieni alle specifiche categorie aventi diritto, richiedi l'accredito dei contributi figurativi accedendo con le tue credenziali al servizio online presente nella scheda oppure richiedi assistenza presso il Patronati o la tua Associazione di riferimento:

- [Maggiorazione dei contributi per la pensione ai lavoratori non vedenti iscritti all'assicurazione generale obbligatoria](#)
- [Benefici in favore dei lavoratori sordomuti o invalidi](#) almeno al 74%
- [Benefici in favore delle vittime del terrorismo](#)
- Specifiche [prestazioni per gli iscritti al Fondo Marittimi](#).

Passo 6 - Valuta la possibilità di accedere a misure di accompagnamento alla pensione: Ape sociale, Assegno straordinario di sostegno al reddito, Prestazioni di accompagnamento alla pensione in caso di crisi e ristrutturazione aziendale

- Se hai compiuto **almeno 63 anni di età**, non sei titolare di pensione diretta in Italia o all'estero ed hai **almeno 30 anni di anzianità contributiva**, potresti rientrare nelle categorie a cui può essere riconosciuto il diritto all'[Ape sociale-anticipo pensionistico](#). Questa misura è sperimentale ed è riservata a coloro che maturano i requisiti entro il 31 dicembre 2019.
- Se sei un dipendente delle aziende destinatarie dei fondi di Credito ordinario, Credito cooperativo, Esattoriali, Poste Italiane, Ferrovie dello Stato, imprese assicuratrici e società di assistenza e del Trentino e sei coinvolto in processi di ristrutturazione o riorganizzazione ti potrebbe essere riconosciuto l'[Assegno straordinario di sostegno al reddito](#).
- Se rientri in altre categorie di lavoratori tutelati in caso di processi di crisi e di ristrutturazione aziendale, consulta la scheda "[Prestazione di accompagnamento alla pensione](#)"

Per compilare e inviare la domanda online trovi in ognuna di queste schede Prestazione il pulsante per accedere con le tue credenziali al servizio per l'inserimento dei dati richiesti e la trasmissione della tua istanza.

***Nota** - Se accedi alle misure di accompagnamento alla pensione, al termine dell'erogazione di tali benefici ricorda che dovrai comunque presentare la domanda di pensione con il servizio online "[Domanda di Prestazioni pensionistiche](#)".*

Passo 7 - Verifica quale prestazione previdenziale a carico dell'INPS (TFR o TFS o prestazione a carico del Fondo di tesoreria) ti spetta alla cessazione del rapporto di lavoro

Se sei un dipendente pubblico, consulta la scheda [Le prestazioni previdenziali per i dipendenti pubblici](#).



Sei in regime di «**Trattamento di Fine Servizio (TFS)**» se:

- sei stato assunto con contratto a tempo indeterminato entro il 31/12/2000 da un'amministrazione pubblica;
- a prescindere dalla data di assunzione con contratto di lavoro a tempo indeterminato, se rientri in una categoria di personale in regime di diritto pubblico (comparto sicurezza, soccorso e difesa, docenti e ricercatori universitari, magistrati e avvocati dello Stato, personale della carriera diplomatica e prefettizia, ecc. Cfr. art. 3 D.Lgs.165/2001)
- se sei un ricercatore universitario con contratto a tempo determinato, di almeno un anno continuativo

Per approfondimenti consulta le schede [Indennità di Buonuscita \(IBU\) per dipendenti pubblici](#), [Indennità Premio Servizio per dipendenti pubblici \(IPS\)](#).

Sei in regime di «**Trattamento di Fine Rapporto dipendenti pubblici (TFR)**» se:

- sei stato assunto con contratto di lavoro a tempo determinato in essere o successivo al 30/05/2000
- sei stato assunto con contratto di lavoro a tempo indeterminato dall'1/1/2001
- sei un dipendente in regime TFS ed hai aderito ad un Fondo negoziale di previdenza complementare. Se hai utilizzato la prestazione previdenziale a carico dell'INPS per costruirti una pensione complementare, consulta la scheda di approfondimento dedicata [TFR e previdenza complementare](#).

Per approfondimenti consulta la scheda [Trattamento di Fine Rapporto \(TFR\) per i dipendenti pubblici](#).

La prestazione di fine servizio o di fine rapporto è erogata d'ufficio sulla base dei dati giuridici ed economici comunicati dal datore di lavoro.

Infine, se mentre eri in servizio hai aderito ad un Fondo pensione negoziale istituito per il comparto pubblico che ti riguarda, ricorda di verificare, dopo il pensionamento, se l'Istituto ha già provveduto a [versare il montante maturato](#) sulla tua posizione a favore del Fondo pensione.

Ai dipendenti di tutte le aziende private, obbligate a versare al Fondo di Tesoreria, gestito dall'INPS, per le quote maturate da ciascun lavoratore e non destinate a forme pensionistiche complementari, spetta invece il Trattamento di Fine Rapporto (TFR), che viene liquidato al lavoratore dal datore di lavoro stesso.

Per saperne di più, consulta la scheda [TFR a carico del Fondo di Tesoreria](#) e chiedi informazioni al tuo datore di lavoro.

In caso di periodi di servizio non coperti da contribuzione puoi valutare la soluzione del [Riscatto ai fini TFS e TFR](#), con la particolarità, per il solo TFR, di poter ammettere a riscatto solo periodi di servizio non di ruolo pregressi a quello in essere al 30/05/2000. Per sapere cosa è possibile riscattare, se sei in buonuscita consulta la pagina [Periodi riscattabili ai fini dell'indennità di buonuscita per dipendenti pubblici](#), mentre se sei in *Indennità Premio di servizio* consulta la pagina [Periodi riscattabili ai fini dell'Indennità Premio Servizio \(IPS\)](#)

Puoi altresì richiedere on line i seguenti servizi accedendo alla scheda [Gestione dipendenti pubblici: servizi per Lavoratori e Pensionati](#), ed al servizio dedicato previa autenticazione con le tue credenziali (Codice fiscale e PIN o SPID o CNS), per **Area Tematica >TFS/TFR:**

- [Anticipata Estinzione di Riscatto ai fini TFS/TFR – Domanda](#)



- [Dichiarazione beneficiari/eredi per la liquidazione del TFR - Domanda](#)
- [Esonero di Riscatto ai fini TFS/TFR - Domanda](#)
- [Quantificazione del TFR maturato ai fini della cessione - Domanda](#)
- [Quantificazione del TFS maturato ai fini della cessione - Domanda](#)
- [Riscatto ai fini tfs-tfr enti locali-sanità \(ex Inadel\) - Domanda](#)

Hai inoltre a disposizione i seguenti **servizi di simulazione**:

- [Riscatto ai fini tfs/tfr - Simulazione onere](#)
- [Trattamento fine servizio - Simulazione](#)

Passo 8 - Invia online la tua domanda di pensione

Se sei prossimo a raggiungere i requisiti per fare una domanda di pensione, devi richiedere l'**Estratto conto certificativo (ECOCERT)**, che include l'attestazione analitica della posizione assicurativa con valore legale. Per farlo puoi accedere al servizio online [Domande di Prestazioni pensionistiche](#), utilizzando le tue credenziali (codice fiscale e PIN o SPID o CNS).

Acquisito l'Ecocert, puoi presentare la domanda di pensione selezionando dal menù a sinistra "NUOVA DOMANDA". A questo punto selezione l'ambito di tuo interesse, ad esempio:.

- per la pensione c.d. quota 100: "Pensione di anzianità/vecchiaia" > "Pensione di anzianità/anticipata" > "Requisito quota 100"
- per la pensione anticipata: "Pensione di anzianità/vecchiaia" > "Pensione di anzianità/anticipata" > "Ordinaria";
- per la pensione anticipata c.d. opzione donna: "Pensione di anzianità/vecchiaia" > "Pensione di anzianità/anticipata" > "Contributivo sperimentale lavoratrici".

Tramite lo stesso menù del servizio [Domande di Prestazioni pensionistiche](#) puoi controllare lo stato di lavorazione della domanda inviata selezionando la voce "Le mie domande"

Attenzione – Ricorda che per alcune prestazioni, come l'Ape sociale, la pensione anticipata per i lavoratori precoci, ed i benefici previsti per chi ha svolto lavori usuranti occorre presentare preventivamente all'INPS la domanda di riconoscimento dei requisiti e solo dopo aver ricevuto la certificazione dell'INPS è possibile presentare la domanda di pensione on line.

www.inps.it

Contact Center

803 164 - gratuito da rete fissa Contact Center

06 164164 - da cellulare secondo i costi del tuo gestore telefonico