



**PENSION
ALIMENTAIRE**



**BESOIN
DE
SOUTIEN**



**PROCÉDURE
AMIABLE ET
JURIDIQUE**



**D'AUTRES
LIEUX RESSOURCES
DANS LE MÉDOC**



SÉPARATION



MON LOGEMENT



**VIOLENCES
INTRAFAMILIALES**



**MES NOTES
TO DO LIST**



**MES PREMIÈRES
DÉMARCHES
MES NOUVEAUX
DROITS**

JE ME SÉPARE, DES PARTENAIRES DANS LE MÉDOC À MES CÔTÉS

Guide pratique pour vous accompagner dans mes démarches



SOMMAIRE

Besoin de soutien.....3

Mes premières démarches, mes nouveaux droits
.....4

Mon logement.....6

Pension alimentaire.....8

Procédure amiable et juridique.....10

Violences intrafamiliales.....12

D'autres lieux ressources dans le Médoc.....13

To-do list.....14

Notes.....15



BESOIN DE SOUTIEN

La séparation peut susciter des émotions fortes et de nombreuses questions, que ce soit pour moi ou pour mes enfants.

Je ne suis pas seul(e) : plusieurs services peuvent m'accompagner et m'aider à avancer sereinement.

> Quels sont les services qui peuvent m'accompagner ?

Caisse des Allocations Familiales (Caf) – Service social - Unité Territoriale du Médoc

Dans les moments de vulnérabilité, la Caf est au plus près des familles allocataires avec enfant(s) à charge. Des [travailleurs sociaux](#) interviennent à mon domicile ou dans un lieu proche de chez moi.

- Lesparre-Médoc et le Nord-Médoc : Léa Sauvage
- Pauillac et les communes environnantes : Christine Leclerc
- Castelnau-de-Médoc et le Sud-Médoc : Alice Bouju



 05 56 43 50 11 - atlantique@caf33.caf.fr

Maison Départementale des Solidarités (MDS) de votre secteur (Castelnau-De-Médoc, Pauillac et Lesparre-Médoc) : des assistantes sociales peuvent me proposer un rendez-vous physique ou téléphonique sur l'ensemble du territoire, proche de chez moi

 05 57 88 84 90

> Pour les enfants, des aides spécifiques existent

Maison des adolescents à Pauillac et Lesparre-Médoc : [Accompagnement et consultations pour les jeunes](#)

 05 56 38 48 65

Centre de Santé Mentale et Infantile du Médoc

 05 56 41 31 15

Protection Maternelle et Infantile (PMI) : Consultations avec des professionnels de santé : puéricultrices, médecins, sages-femmes, psychologues

 05 57 88 84 90

[Caf.fr](https://www.caf.fr)



[Maison
Départementale
des Solidarités](#)





MES PREMIÈRES DÉMARCHES, MES NOUVEAUX DROITS

Lorsque la séparation est actée, certaines démarches administratives doivent être effectuées rapidement afin de mettre à jour ma situation et recalculer mes droits.

> Je déclare ma séparation : à qui m'adresser ?

Je suis allocataire Caf :

- Je peux déclarer ma séparation :
 - directement depuis mon espace personnel sur caf.fr,
 - en me rendant à une permanence Caf à la MDS de Pauillac (le jeudi) ou à la MDS de Lesparre-Médoc (le lundi et le mercredi). [Prise de rendez-vous uniquement sur Caf.fr](#)
 - dans un Espace France Services.

Je suis allocataire MSA :

- Je peux déclarer ma séparation sur mon [compte MSA](#) ou au guichet unique de Lesparre-Médoc uniquement sur rendez-vous.



05 56 01 83 83



Un document officiel n'est pas nécessaire pour déclarer une séparation auprès de la Caf et de la MSA.

La cohabitation sous le même toit est possible pendant 6 mois et au-delà sous conditions.

[Caf.fr](https://caf.fr)



Gironde.msa.fr



[Espace
France
Services](#)





MES PREMIÈRES DÉMARCHES, MES NOUVEAUX DROITS

> Conséquences possibles sur mes droits



Mes revenus sont modestes :

- Je suis locataire ou accédant à la propriété :
Je peux bénéficier, sous conditions, d'une aide au logement.
- J'exerce une activité salariée ou indépendante :
Je peux faire valoir mes droits à la prime d'activité.
- Je suis sans activité ou avec peu de revenus :
Je peux faire valoir mes droits au Revenu de Solidarité Actif (RSA).



Je vis seul(e) avec un ou plusieurs enfant(s) :

Je peux bénéficier de l'Allocation de Soutien Familial (ASF) versée par la Caf ou la MSA, si :

- Aucune pension alimentaire n'a encore été fixée, que l'autre parent ne contribue pas aux dépenses liées à mon ou mes enfant(s) et que j'engage une procédure judiciaire.
- Une pension alimentaire a déjà été fixée (jugement, convention parentale, etc.) mais elle n'est pas payée ou partiellement versée.



J'ai deux enfants ou plus en résidence alternée :

Les allocations familiales peuvent être partagées avec l'autre parent.

[Tout comprendre
sur l'Allocation
de
Soutien Familial](#)



[Tout comprendre sur
la garde alternée](#)





MON LOGEMENT

La séparation implique souvent des changements de logement.
Des dispositifs existent pour m'accompagner, que je sois locataire ou propriétaire.

Vivre sous le même toit est-il toléré par la Caf et la MSA ?

Oui, je peux déclarer ma séparation tout en continuant à vivre sous le même toit que mon ex-conjoint. Cependant des démarches de relogement doivent être engagées et des justificatifs sont à transmettre.

Que dois-je faire pour acter ma séparation ?

> **Je suis locataire :**

J'informe le bailleur par écrit de ma séparation pour me désolidariser du contrat de location si je quitte le logement.

> **Je suis en accession à la propriété :**

Je prends rendez-vous à la banque et auprès des professionnels du droit (notaire et/ou avocat).



Conseil :

Avant de quitter le logement, j'informe par écrit (attestation, mail, etc.) mon ex-conjoint de mon départ qui reste dans les lieux et j'en informe les services de gendarmerie.



Je recherche un logement : quelles démarches ?

> Je remplis une demande de logement social.

> Je me renseigne auprès des communes, agences et particuliers.

> Je vérifie si mon employeur cotise à [Action Logement](#) : Si oui je m'inscris sur la plateforme AL'in.

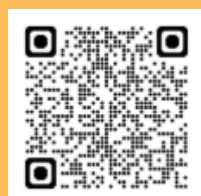


Je peux contacter un service social (Caf, MDS, CCAS, employeur) si j'ai besoin d'informations.

[Demande
de logement social](#)



[Plateforme AL'in](#)





MON LOGEMENT



Aides possibles

> **Je peux contacter la Caf/MSA** pour vérifier mon droit éventuel à l'aide au logement.

> **Fonds Solidarité Logement (FSL) :**

Une aide financière peut être demandée pour le paiement du 1^{er} loyer, le dépôt de garantie, les frais d'agence, la location d'un véhicule pour le déménagement et l'assurance logement. Le FSL peut également être garant du logement à condition que le bailleur n'ait pas souscrit à une garantie loyers impayés.



La demande d'aide auprès du FSL est soumise à certaines conditions.
Pour constituer le dossier, je peux me rapprocher d'un service social qui m'accompagnera dans la démarche.

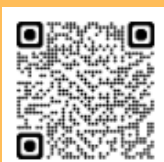
> **Action Logement**

En situation d'emploi, je peux solliciter la garantie Visale auprès d'Action Logement. Un prêt à taux 0% peut être demandé dans le cadre du [Loca-Pass](#) (1200 € maximum) et de l'avance [AGRI-Loca-Pass](#) pour les personnes relevant du régime agricole.

[Fonds
Solidarité
Logement](#)



[Garantie
Visale](#)



[AGRI-Loca-Pass](#)



[Loca-Pass](#)





PENSION ALIMENTAIRE

En cas de séparation, la pension alimentaire est versée par l'un des parents pour soutenir financièrement l'autre parent pour toutes les dépenses prévisibles et régulières liées à l'enfant (alimentation, frais de scolarité, vêtements, santé, activités...).



Comment le montant de la pension alimentaire est-il calculé ?

Le montant de la pension alimentaire est fixé

- en fonction des ressources et des charges de celui qui doit la verser,
- des besoins de celui qui la recevra pour l'éducation et l'entretien de l'enfant,
- des modalités de résidence de l'enfant.

> Je m'informe sur pension-alimentaire.caf.fr ou sur justice.fr pour avoir une estimation du montant de la pension à verser ou à recevoir.

Ces montants sont donnés à titre indicatif.



Fixation de la pension : quelle démarche ?

> **Je suis marié(e) et je veux divorcer :**

Je contacte un avocat qui sollicitera le juge aux affaires familiales pour fixer la pension alimentaire.

> **Je ne suis pas marié(e) et je parviens à trouver un accord avec l'autre parent :**

Je remplis une convention parentale mise à disposition sur pension-alimentaire.caf.fr.

La CAF délivre ensuite un titre exécutoire, document officiel qui valide l'accord.

Les montants de la pension alimentaire doivent correspondre à ceux fixés par la Caf.

ou

Je remplis une convention parentale mise à disposition sur le site internet justice.fr et je la transmets au juge aux affaires familiales avec la [demande d'homologation](#) (cerfa 16139*01) pour obtenir un jugement.

> **Je ne suis pas marié(e) et je ne parviens pas à trouver un accord avec l'autre parent :**

Je peux me faire accompagner dans ces démarches dans le cadre d'une [médiation familiale](#) par un médiateur familial, un avocat ou encore par la [Maison de Justice et du Droit Médoc](#).



PENSION ALIMENTAIRE

> Le dispositif d'Intermédiation Financière peut m'aider pour le versement de ma pension alimentaire. Il est géré par l'ARIPA (Agence de Recouvrement et d'Intermédiation des Pensions Alimentaires) pour la Caf et directement la MSA pour ses allocataires.

Si je verse ou reçois une pension alimentaire, le service ARIPA ou MSA peut devenir mon intermédiaire pour ne plus avoir à contacter l'autre parent à ce sujet :

Le service ARIPA ou MSA collectera directement la pension alimentaire auprès du parent qui doit la payer et me la versera chaque mois.

> Le dispositif Intermédiation Financière peut aussi m'aider en cas d'impayé.

Si la pension alimentaire n'est pas payée par l'autre parent, l'ARIPA ou MSA peut récupérer les sommes impayées des 24 derniers mois auprès de l'autre parent, de son employeur, de sa banque et me les reverser.

Le temps que les sommes me soient remboursées, je peux bénéficier de l'Allocation de Soutien Familial (ASF) si je vis seul(e) avec mes enfants.



L'ARIPA (Agence de Recouvrement et d'Intermédiation des Pensions Alimentaires) : 3238



**L'AGEP est l'association de Médiation Familiale conventionnée par la Caf de la Gironde qui intervient sur le Médoc à Castelnau-de-Médoc et Lesparre-Médoc.
05 56 91 04 05**

Ouverture du standard du lundi au jeudi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00 ;
le vendredi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 16h.

[ARIPA](#)



[AGEP
Médiation
familiale](#)



[Maison de Justice
et du Droit Médoc](#)





PROCÉDURE AMIABLE ET JURIDIQUE



Médiation familiale : Une solution pour mieux communiquer

Elle permet aux parents de définir ensemble dans l'intérêt des enfants la nouvelle organisation familiale : résidence des enfants, temps d'accueil des enfants chez chacun des parents, contribution financière, scolarité, éducation, santé, etc. Des rencontres seront organisées avec un professionnel et les deux parents dans un cadre sécurisé favorisant le dialogue, en prenant en compte les attentes de chaque parent.

Si un accord est élaboré, une convention parentale pourra être établie et envoyée au juge aux affaires familiales pour homologation, elle aura ainsi la valeur juridique d'un jugement.

> Je peux m'adresser à :

- Des [médiateurs familiaux conventionnés](#) : 1er rendez-vous d'information gratuit. Une participation financière est demandée pour les suivants en fonction des ressources de chacun (à partir de 2 €).
- Des médiateurs libéraux qui appliquent une tarification libre.



Ai-je besoin de prendre un avocat ?

> Je suis marié(e) :

L'avocat est obligatoire pour toutes les procédures de divorce, même amiable.

En revanche, en cas de simple séparation (sans divorce), il n'est pas nécessaire de faire appel à un avocat pour saisir le juge en cas de désaccord concernant l'exercice de l'autorité parentale.



Il n'est plus possible de prendre le même avocat

> Je suis en concubinage ou je suis pacsé(e) :

En cas d'accord entre les deux parties, l'avocat peut rédiger une convention parentale et peut intervenir pour les deux parents.

Si aucun accord n'est trouvé, je peux saisir le juge aux affaires familiales seul(e) ou avec l'aide d'un avocat.

[Convention Parentale](#)



[Médiateurs familiaux](#)





PROCÉDURE AMIABLE ET JURIDIQUE



Je peux avoir droit en fonction de mes revenus à l'aide juridictionnelle

Avant la première consultation, je demande à l'avocat ses tarifs et s'il accepte l'aide juridictionnelle.

Demande en ligne sur aidejuridictionnelle.justice.fr ou à la Maison du Justice et du Droit Médoc.

> Je peux trouver un avocat :

- En consultation gratuite à la Maison de Justice et du Droit :

- de Lesparre-Médoc (antenne à Pauillac)



05 56 41 41 39

- de Bordeaux Ravezies



05 56 11 27 10

- Point de justice de Saint-Médard-en-Jalles



05 56 57 40 95

- Au barreau de Bordeaux



Ordre des avocats du Barreau de Bordeaux
1 rue de Cursol - 33000 BORDEAUX

[Aide
juridictionnelle](#)



[MJD Médoc](#)



[Barreau
de Bordeaux](#)





VIOLENCES INTRAFAMILIALES

Je suis victime de violences : qui peut m'aider ?



Numéros d'urgence

- Police / Gendarmerie : 17 -
- Violences Femmes Info : 3919
- Allô Enfance en danger : 119



Structures locales

> L'association Agir Contre les Violences Faites aux Femmes (ACV2F) :

Je suis une femme, avec ou sans enfant(s), je subis ou ai subi dans mon couple, des agressions verbales, physiques, psychologiques, économiques, administratives, sexuelles ou cyberviolences. Je ne suis pas seule. Je suis écoutée, crue, soutenue et accompagnée dans mes démarches vers la sortie des violences.



06 70 72 30 51



Permanences téléphoniques ou physiques (Médoc) :
lundi, mardi, jeudi, vendredi 9h-12h / 13h-16h

> L'association VICT'AID :

Un intervenant social peut me proposer un accompagnement physique et/ou téléphonique, m'orienter vers les partenaires en fonction de mes besoins et coordonner ainsi mon parcours en tant que victime d'une infraction pénale.

Je peux également bénéficier d'un rendez-vous juridique et d'une écoute psychologique.

Une orientation par les gendarmes ou un partenaire peut être faite et/ou je peux aussi prendre contact directement.

Je peux être reçu dans les brigades de Lesparre, Soulac, Pauillac, Lacanau, Macau, Castelnau et la CAPE de Saint Laurent du Médoc de 9h à 16h.



05 56 01 28 69 - Jessica Guillet au 07 77 81 56 31
jessica.guillet@gendarmerie.interieur.gouv.fr



L'Aide au Victimes de Violences Conjugales (AVVC) est une aide financière versée par la Caf en cas de violences conjugales commises par la personne avec laquelle je suis ou étais en couple.

Justificatifs obligatoires : Dépôt de plainte, ordonnance de protection, signalement adressé au procureur de la république



ACV2F



VICT'AID



VIOLENTOMETRE





D'AUTRES LIEUX RESSOURCES DANS LE MÉDOC

Qui peut m'aider sur mon territoire ?

> La maison de justice et du droit Médoc et l'Espace Info Ecoute à Lesparre-Médoc

Ces lieux me proposent des permanences juridiques et sociales gratuites et confidentielles pour m'orienter dans mes démarches lors de ma séparation.

Sur rendez-vous, j'y trouverai des permanences avocat, notaire, médiateur familial, l'Association Vict'Aid, Caf, ACV2F, MDA...

Une permanence pour m'accompagner dans la constitution de mon dossier d'aide juridictionnelle m'est également proposée.



10 Place Maréchal Foch 33340 Lesparre-Médoc



05 56 41 41 39

> Espaces France Services

Ces lieux apportent des renseignements de premier niveau pour mes démarches CAF, services de l'État, organismes sécurité sociale... et accompagnent dans les démarches administratives.

> Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Je me renseigne auprès de ma mairie.

[Point justice](#)



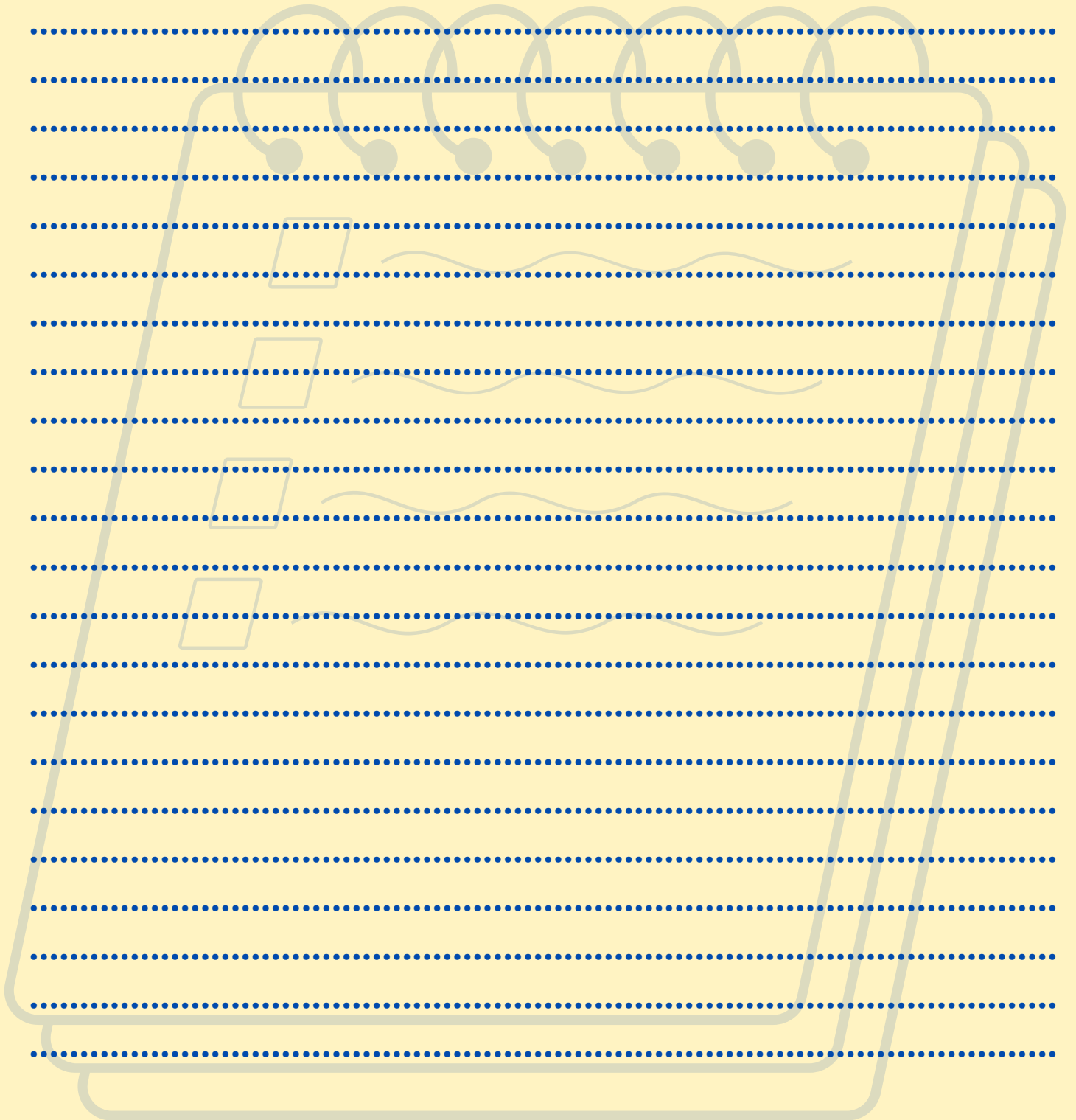
[France Services](#)



TO DO LIST

- Déclarer ma séparation auprès de mes interlocuteurs : impôts, CAF-MSA, mutuelle, bailleur, fournisseur d'énergie, établissements scolaires, banque, ...
- Suis-je en sécurité ? Mes enfants le sont-ils ?
- Etre attentif aux changements éventuels de comportement de mes enfants
- Me projeter dans mon nouveau budget
- Vérifier mes droits à la prime d'activité, à l'aide au logement, ...
- Réfléchir à ma nouvelle organisation familiale : Conciliation vie familiale / professionnelle ? Lieu de résidence de mes enfants ?
- Quelle procédure ? Amiable ou juridique ? Avocat ou pas ?
- Engager une démarche de fixation de pension alimentaire
- Me questionner sur mon logement ou mon relogement : bail aux deux noms à modifier, vente de la maison, rachat de crédit
- Partager les biens, les affaires (véhicule, meubles, petit équipement, jouets, vêtements des enfants...)

NOTES



QUELQUES TEMOIGNAGES

Vous m'avez permis,
avec votre accompagnement
incroyablement empathique et assidu,
de refaire de ma vie quelque chose d'incroyable.

Votre soutien était essentiel
alors que je me sentais perdue et abattue
par les défis que je rencontrais
dans ma vie personnelle.
Votre écoute attentive, votre empathie
m'ont été d'un grand réconfort.

Je tiens à vous remercier sincèrement pour votre aide :
sans votre acharnement et votre soutien, la procédure
aurait sûrement été encore plus longue.

Merci de m'avoir suivie
tout au long de cette pénible période
dont je me suis sortie avec fierté.
Sans votre accompagnement
et bien cela aurait été vraiment difficile.
Mille mercis.