SEPTEMBRE 2026

Séparation et rupture familiale

Guide de la Caf de la Haute-Garonne



Votre Caf vous accompagne

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de la Haute-Garonne

Séparation et rupture familiale

Guide de la Caf de la Haute-Garonne

Vous êtes séparé ou en cours de séparation…

La séparation est un événement difficile qui entraîne d'importants changements de situation pour les parents mais aussi pour les enfants. Cet événement suscite également de nombreuses questions juridiques et pratiques relatives au logement, au mode d'accueil de vos enfants, à la pension alimentaire…

Au travers ce guide, la caisse d'Allocations familiales peut vous aider à y répondre. Il rappelle toutes les démarches importantes à réaliser **avant et pendant la séparation**, mais aussi, les dispositifs **d'accompagnement à la parentalité.**

Ce guide s'inscrit dans la démarche du parcours séparation.

Les informations contenues dans ce livret sont des informations générales en l'état actuel de la législation en vigueur.

#4

sommaire

Vos premières démarches *pour être aidé*

Votre déclaration de séparation 8
- 08 | La déclaration de séparation à la Caf (Checklist des démarches Caf)
- 10 | La déclaration de séparation à la Cpam (Checklist des démarches Cpam)

Les questions juridiques 14
- 14 | Les différents types de séparation (divorce, rupture de pacs...)
- 15 | L'autorité parentale : l'intérêt de votre enfant
- 16 | Les différents modes de garde ou de résidence
- 17 | Le livret de famille

La pension alimentaire de vos enfants 18
- 18 | La pension alimentaire et l'ARIPA
- 19 | L'intermédition financière

Votre Caf et vous *pendant une séparation*

Les aides et démarches Caf 24
- 24 | La résidence alternée
- 25 | L'intermédiation financière
- 25 | L'allocation de soutien familial ASF
- 27 | L'aide au recouvrement des pensions alimentaires
- 27 | Le titre exécutoire

De nouveaux droits potentiels 28
- 29 | L'accès et le maintien au logement
- 29 | Le revenu de solidarité active (RSA)
- 29 | La prime d'activité
- 30 | L'allocation de base
- 30 | La prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE)
- 30 | Le complément de libre choix du mode de garde (CMG)

Le soutien des travailleurs sociaux 31
- 31 | Un accompagnement personnalisé
- 32 | Une prise en charge globale

Les dispositifs *de soutien à la parentalité*

Des lieux ressources pour tous : le réseau parentalité 31 34
Parents31.fr 35
Un soutien ponctuel : l'aide à domicile 36
Faire face à une situation de conflit : la médiation familiale 37
Maintenir le lien parents-enfants : les espaces de rencontres 38
Des temps d'échanges entre parents 39
Les espaces écoute parents 40

Organiser la vie de famille *dans l'intérêt de l'enfant*

Anticiper et dialoguer en famille 42
Choisir un mode de garde 42
Accompagner vos enfants sur le plan émotionnel 43

Des situations de séparation *fragilisantes*

Les violences conjugales et intrafamiliales 46
47 | L'aide d'urgence aux victimes de violences conjugales
48 | Logement et violences conjugales, quels sont vos droits ?
48 | Trouver une écoute et un accompagnement

L'incarcération 50
50 | Parler de l'incarcération avec vos enfants
51 | Les liens familiaux à l'épreuve de l'incarcération du parent
51 | Les dispositifs de rencontres parents-enfants en détention

Informations pratiques

Contacter votre Caf 53
Vos contacts utiles 54
Glossaire 57

#6



Vos premières démarches
pour être aidé

08 | Votre déclaration de séparation

14 | Les questions juridiques

18 | La pension alimentaire de vos enfants

Votre déclaration de séparation

La déclaration de séparation à la Caf

La première démarche est de déclarer votre séparation, que vous soyez en **couple, marié, pacsé ou en concubinage**, auprès de votre Caf. Cela permettra à la Caf d'étudier vos droits en fonction de vos ressources et de votre nouvelle situation familiale.

- Si vous êtes allocataire, déclarez rapidement votre séparation sur caf.fr.
- Si vous n'êtes pas allocataire, la Caf peut vous accompagner même si vous ne percevez pas de prestations financières. Vous pouvez prendre un rendez-vous sur caf.fr.

Comment faire pour déclarer ma séparation ?

1/ Rendez-vous sur ***www.caf.fr***, espace « Mon Compte »
> Déclarer un changement ou sur l'appli Caf-Mon Compte (téléchargeable gratuitement)

2/ Cochez les cases qui concernent votre/vos changements :
« Situation familiale » pour votre séparation, « Adresse » si vous déménagez.
Vous devrez répondre précisément aux questions puis valider après avoir vérifié les informations remplies. Aucun document justificatif ne vous sera demandé.

3/ La rubrique « Suivre mes démarches » vous permettra de retrouver votre déclaration.

À NOTER : **si votre ex-conjoint(e) était le/la seul(e) titulaire du compte en banque sur lequel les aides étaient versées, pensez aussi à changer vos coordonnées bancaires depuis votre espace « Mon Compte ».**

ATTENTION : vous devez faire cette déclaration même si vous vivez encore dans le même logement que votre ex conjoint(e). Dans ce cas, vous devrez simplement transmettre un justificatif à la Caf : une recherche de nouveau logement séparé, l'engagement d'une procédure de médiation familiale, de divorce ou de fixation de pension alimentaire.

Après la déclaration, que se passe-t-il ?

- Votre mot de passe est modifié automatiquement et votre ex-conjoint(e) n'aura plus accès à votre espace « Mon Compte » sur caf.fr ; vous aurez désormais des numéros de dossier distincts.
- Vos droits sont recalculés sans tenir compte des revenus de votre ex-conjoint(e).
- Si vous avez des enfants, les prestations familiales sont versées au parent chez lequel les enfants résident.
- Si votre ***enfant est en résidence alternée***, seules les allocations familiales pourront être partagées entre les deux parents.

CHECKLIST DES DÉMARCHES CAF

JE SUIS DÉJÀ ALLOCATAIRE DE LA CAF

- ☐ Je déclare ma séparation sur mon espace Mon Compte caf.fr, rubrique « Situation familiale »
- ☐ Je déclare mon changement d'adresse (si déménagement)
- ☐ Je transmets mon RIB (dans le cas où c'est mon ex-conjoint(e) qui était le/la seul(e) titulaire du compte en banque sur lequel les aides étaient versées)
- ☐ Je consulte la rubrique « Suivre mes démarches » pour retrouver ma déclaration.
- ☐ Je vérifie tous les 3 mois si je suis éligible au RSA, à la prime d'activité, à l'aide au logement en fonction de ma nouvelle situation
- ☐ Si je vis avec un nouveau conjoint, je le déclare dans Mon Compte

JE NE SUIS PAS ALLOCATAIRE DE LA CAF MAIS JE LE DEVIENS SUITE À MA SÉPARATION

- ☐ Je crée mon compte depuis www.caf.fr, je clique sur Mon Compte (icône en haut à droite) puis sur « Créer Mon Compte »
- ☐ Je transmets mes informations personnelles : adresse, adresse mail, numéro de téléphone, RIB…

ALLOCATAIRE OU NON, IL EST CONSEILLÉ

- ☐ Je fais le questionnaire « Parcours séparation »
  www.caf.fr : Aides et démarches > Ma situation > Séparation
- ☐ Je consulte les vidéos ***« Parents après la séparation »***
- ☐ Je prends un rendez-vous avec un conseiller Caf pour l'étude de mes droits
  www.caf.fr : Contacter Ma Caf > Prendre rendez-vous
  puis connectez-vous à votre espace Mon Compte ou créez-le.
- ☐ Je demande un rendez-vous avec un travailleur social

- ☐ Je pense aussi à informer le **centre d'impôts**, la **Caisse d'assurance maladie**, mon employeur ou **France Travail**, la banque et à contacter l'**aide juridictionnelle** pour mes démarches juridiques.

La déclaration de séparation à la CPAM (Assurance maladie)

Afin de continuer à bénéficier d'une prise en charge optimale et adaptée, **informez la CPAM de votre séparation et procédez à la mise à jour de votre compte ameli** le plus rapidement possible (voir Checklist des démarches CPAM).

- Aussi, il est conseillé d'ajouter les enfants sur la carte Vitale des **deux parents**. Ainsi lors d'une consultation médicale, l'un ou l'autre parent peut présenter sa carte Vitale et être remboursé facilement.
  Cette démarche est possible **depuis le compte ameli du parent qui a déjà l'enfant sur sa carte Vitale** : c'est à lui de la réaliser depuis son compte ameli, rubrique « Mes démarches ».

  www.ameli.fr : Rattachement de l'enfant sur la carte Vitale des parents
  (rubrique / Assuré / Remboursements / Etre bien remboursé / Carte vitale)

- **Si nécessaire, vous pouvez changer de médecin traitant,** en procédant à une nouvelle déclaration de choix du médecin traitant avec votre nouveau médecin. La nouvelle déclaration annule la précédente. Vous n'avez pas à informer votre ancien médecin traitant.

Les dispositifs de soutien de l'Assurance maladie :

- **Si vos ressources ont diminué à la suite de votre séparation,** la Complémentaire santé solidaire est une aide pour payer vos dépenses de santé. Vous pouvez faire une simulation de droits à la Complémentaire santé solidaire, selon les résultats, vous pourrez en faire la demande depuis votre compte ameli.

  www.ameli.fr : La Complémentaire santé solidaire
  (rubrique / Assuré / Droits et démarches / Difficultés d'accès aux droits et aux soins /Complémenaire santé solidaire)

  Qui peut bénéficier de la Complémentaire santé solidaire ? (simulateur)
  www.mesdroitssociaux.gouv.fr

- **L'Action sanitaire et sociale de l'Assurance Maladie** peut vous permettre de bénéficier d'une aide financière ponctuelle, en complément des prestations (remboursement des soins, indemnités journalières...) habituellement versées, si vous disposez de revenus modestes.
  Pour faire une demande d'aide, vous devez constituer un dossier de demande et l'adresser par courrier : CPAM, Action sanitaire et sociale, 31093 Toulouse Cedex 9.
  Votre situation sera examinée par une commission qui se réunit régulièrement et qui vous avertira de sa décision.

ATTENTION : ces aides sont facultatives, les refus ne peuvent donc pas être contestés. Les aides sont versées soit à vous-même soit directement au tiers (professionnel de santé, organisme complémentaire, association d'aides à domicile...) pour vous éviter une avance de frais.

www.ameli.fr : Aides financières individuelles : les modalités pour en bénéficier
(rubrique : Assuré / Droits et démarches / Difficultés d'accès aux droits et aux soins)

- **Le bilan de santé :** Totalement pris en charge par l'Assurance Maladie, l'examen de prévention en santé s'adresse aux personnes de plus de 16 ans. L'examen est pris en charge à 100 %, sans avancer les frais. Il est adapté à chacun : c'est un moment privilégié pour faire le point sur sa santé.

www.ameli.fr : Un examen de prévention en santé personnalisé près de chez vous
(rubrique : Assuré / Santé / L'assurance maladie vous accompagne / prévention et dépistages)

- **Vous avez des difficultés pour vous faire soigner ou avez renoncé à vous faire soigner,** la CPAM propose un accompagnement pour vous permettre d'accéder à vos droits et à vos soins et pour vous aider à vous orienter dans le parcours de santé.

www.ameli.fr : Bénéficier d'un accompagnement personnalisé en cas de difficulté pour se soigner
(rubrique : Assuré / Droits et démarches / Difficultés d'accès aux droits et aux soins)

- **Le dispositif « Mon soutien psy »** permet aux personnes (enfants dès l'âge de 3 ans, adolescents, adultes) ressentant un mal-être ou traversant un moment difficile, de bénéficier de séances d'accompagnement psychologique prises en charge à 60 % par l'Assurance Maladie et 40 % par les complémentaires santé (mutuelles, assurances privées). Il n'y a pas d'avance de frais lors des consultations pour les bénéficiaires de la Complémentaire santé solidaire.

www.ameli.fr : Dispositif « Mon soutien psy »
(rubrique : Assuré / Actualités)

A SAVOIR : Ne pas oublier de prévenir votre mutuelle et de mettre à jour votre carte Vitale, en pharmacie ou dans votre CPAM. Il est possible de commander la carte Vitale d'un enfant à partir de ses 15 ans, depuis le compte ameli (rubrique « Mes démarches ») du parent auquel l'enfant est rattaché.

forumameli pour les assurés ***« Séparation ou divorce »*** *(rubrique : Famille / Séparation ou divorce)*

- La vidéo ***« Droits et démarches | Vous vous séparez ? L'Assurance Maladie vous accompagne »***
Chaîne Youtube de l'Assurance Maladie

CHECKLIST DES DÉMARCHES CPAM

J'EFFECTUE UN CHANGEMENT DE NOM D'USAGE

- ☐ Le changement avec mon compte ameli
  Se rendre sur : ***le compte ameli*** > Mes démarches > Déclarer un changement de situation > Changement de nom d'usage.
- ☐ Le changement sans le compte ameli
  Réaliser le changement en fournissant un certain nombre d'informations par courrier à la CPAM de rattachement.

J'EFFECTUE UN CHANGEMENT D'ADRESSE POSTALE

- ☐ Le changement avec mon compte ameli
  Se rendre sur : ***le compte ameli*** > Mes démarches > Déclarer un changement de situation > Changement d'adresse.
- ☐ Le changement sans compte ameli
  Déclarer ce changement par téléphone au **3646**.

J'EFFECTUE UN CHANGEMENT DE COORDONNÉES BANCAIRES

- ☐ Le changement avec mon compte ameli
  Se rendre sur : ***le compte ameli*** > Mes démarches > Déclarer un changement de situation > Modifier mes coordonnées bancaires.
- ☐ Le changement sans compte ameli
  Adresser ce changement par un courrier motivé à la CPAM de rattachement sur lequel figure le numéro de sécurité sociale les nom(s) et prénom(s).
  Les pièces justificatives à joindre sont les suivantes :
  > le nouveau relevé d'identité bancaire (RIB),
  > la copie de l'ancien RIB (ou à défaut le numéro IBAN de l'ancien compte),
  > la copie de la pièce d'identité recto/verso.

J'INSCRIS LE(S) ENFANT(S) SUR LES CARTES VITALES DES DEUX PARENTS

Cette inscription facilite l'accès aux soins et permet au parent qui emmène l'enfant en consultation d'utiliser sa propre carte Vitale. Ainsi, l'un ou l'autre parent peut présenter sa carte Vitale et être remboursé facilement.

- ☐ Le changement avec mon compte ameli
  Se rendre sur : ***le compte ameli*** > Mes démarches > Effectuer une démarche > Inscrire votre enfant sur la carte Vitale de l'autre parent.
  Cette démarche n'est possible que depuis le compte ameli du parent qui a déjà l'enfant sur sa carte Vitale.

- ☐ Le changement sans compte ameli
  Réaliser la demande via le formulaire « Demande de rattachement des enfants mineurs à l'un ou aux deux parents assurés », à envoyer par courrier à la caisse d'assurance maladie.



www.ameli.fr : Rattachement de l'enfant sur la carte Vitale des parents
(rubrique / Assuré / Remboursements / Etre bien remboursé / Carte vitale

SI BESOIN, JE CHANGE DE MÉDECIN TRAITANT

- ☐ La déclaration du médecin traitant peut se faire en ligne par le médecin choisi, ou par courrier avec le formulaire : ***« Déclaration de choix du médecin traitant »***

JE METS À JOUR MA CARTE VITALE, UNE FOIS LES DIVERS CHANGEMENTS EFFECTUÉS AUPRÈS DE LA CPAM.

- ☐ Mise à jour dans les points d'accueil de la CPAM, les pharmacies ou certains établissements hospitaliers et cliniques.

Les questions juridiques

Les différents types de séparation (divorce, rupture de pacs)

Vous êtes mariés et vous envisagez de divorcer, il existe 4 cas de divorce :

> Trois types de divorces nécessitent de passer devant un juge (avec avocat obligatoire)

- Divorce accepté : vous êtes d'accord pour divorcer mais pas forcément sur les conséquences.
- Divorce pour faute : l'un reproche à l'autre un comportement grave.
- Divorce pour altération définitive du lien conjugal : vous ne vivez plus ensemble depuis au moins un an.

Depuis le 1er janvier 2021, une audience d'orientation et de mesures provisoires permet au juge de fixer des règles provisoires, comme la **pension alimentaire**. Les deux parents doivent être obligatoirement représentés par leur avocat.
Dans ce cadre, le juge transmet directement la décision à la Caf pour mettre en place **l'intermédiation financière** : la Caf collecte la pension auprès d'un parent et la reverse à l'autre.

www.pensions-alimentaire.caf.fr
(rubrique usagers / Aides et démarches / intermédiation financière)

> Le divorce par consentement mutuel : sans juge, mais avec avocat.
Vous êtes d'accord sur tout : la rupture et ses conséquences. Ensemble, vous signez une convention qui est ensuite déposée chez un notaire. Chaque parent doit avoir son propre avocat. Si cette convention est conforme et validée par le notaire, elle est reconnue par la loi, au même titre qu'un jugement.
A noter que le recours au juge n'est nécessaire que si un enfant mineur demande à être auditionné.

Vous êtes pacsés ou en concubinage et vous envisagez de vous séparer

> Si vous êtes pacsés
Un Pacs peut être rompu à la demande d'un seul partenaire ou des deux.
La procédure dépend de l'endroit où vous avez enregistré votre Pacs (mairie, notaire, consulat ou ambassade).
Pour connaître les démarches à effectuer :

www.service-public.gouv.fr
(rubrique Fiches pratiques par thème/Famille-Solidarité/Pacte civil de solidarité (Pacs)/Dissoudre un Pacs)

> Si vous êtes en concubinage
Le concubinage peut être rompu **librement, à tout moment**, car aucune règle spécifique n'existe lorsque les deux personnes sont d'accord.
Vous pouvez organiser vous-mêmes votre séparation sur les plans matériel, familial et patrimonial.
La séparation peut se faire **avec ou sans intervention d'un juge.**
Si vous trouvez un accord, vous pouvez formaliser vos décisions concernant **votre enfant** (autorité parentale, mode de garde, pension alimentaire) dans une convention parentale. Elle permet d'officialiser un accord à l'amiable.
Vous pouvez également demander à la Caf un ***titre exécutoire***, qui permet de **fixer le montant de la pension alimentaire** prévu dans la convention et lui donne la **même valeur qu'un jugement.**

A SAVOIR : la médiation familiale peut vous aider si vous avez des difficultés à vous entendre sur la nouvelle organisation de la vie familiale (voir page 37).

L'autorité parentale : l'intérêt de votre enfant

L'autorité parentale est un **ensemble de droits et de devoirs** qui s'exerce conjointement par les deux parents, **ayant pour finalité l'intérêt de votre enfant** jusqu'à sa majorité ou son émancipation pour :

- le protéger dans sa sécurité, santé et moralité ;
- assurer son éducation et permettre son développement, dans le respect dû à sa personne.

Cette autorité parentale s'exerce sans violence physique ni psychologique. Vous associez votre enfant aux décisions qui le concernent, selon son âge et son degré de maturité.
La séparation des parents est sans incidence sur l'exercice de l'autorité parentale. Vous continuez à voir votre enfant et respectez ses liens avec l'autre parent.
Si l'un des parents change de domicile et que cela impacte l'organisation autour de l'enfant, il doit prévenir l'autre parent en temps utile.
En cas de désaccord entre les parents, celui qui agit le plus rapidement peut saisir le juge aux affaires familiales. Le juge prendra une décision en fonction de l'intérêt de l'enfant. Il peut, si nécessaire, confier l'autorité parentale à un seul parent.

Le **droit de visite et d'hébergement** ne peut être refusé à un parent uniquement pour des motifs très graves.
Même sans l'autorité parentale, un parent garde le droit et le devoir de suivre l'éducation et la vie de l'enfant. Il doit être informé des décisions importantes qui le concernent.

Les différents modes de garde ou de résidence

Lors d'une séparation, il faut décider du lieu où votre enfant vivra habituellement : c'est ce qu'on appelle **la résidence** ou **mode de garde**.

La résidence peut être fixée :
- **chez l'un des parents**, en résidence non alternée ;
- **chez les deux parents**, en résidence alternée.

En cas d'accord, les parents déterminent ensemble le rythme et l'organisation.
En cas de désaccord, c'est le **juge aux affaires familiales** qui décide.

À SAVOIR : le juge ne peut pas fixer la résidence d'un enfant majeur.

> La résidence classique (non alternée)

Votre enfant vit principalement chez vous et il passe **plus d'un quart de son temps** chez l'autre parent. Par exemple : un week end sur deux, et/ou un mercredi sur deux, et/ou la moitié des vacances scolaires.

> La résidence réduite

Votre enfant passe **moins d'un quart de son temps** chez l'autre parent. Par exemple : un week end par mois, et/ou la moitié des vacances scolaires, ou un droit de visite sans hébergement ou médiatisé.

> La résidence alternée

Votre enfant vit **chez chacun des parents**, selon un rythme défini ensemble ou fixé par le juge.
Le temps peut être :
- **égal** entre les deux parents (ex. : une semaine / une semaine),
- **adapté** en fonction de l'intérêt de l'enfant et de la situation familiale.

ZOOM ...sur la résidence alternée

- **Pension alimentaire**
  La résidence alternée **n'exclut pas** le versement d'une pension alimentaire.
  Elle peut être fixée lorsqu'il existe un **écart de revenus** entre les parents et qu'une contribution est nécessaire pour assurer l'entretien et l'éducation de l'enfant.

- **Déclaration d'impôt**
  La résidence alternée doit être **signalée dans la déclaration de revenus.**
  Les parts fiscales liées à l'enfant sont alors **partagées entre les deux parents.**

- **Titre exécutoire demandé à l'Aripa (Caf)**
  Pour obtenir un **titre exécutoire** auprès de l'Aripa, la résidence alternée doit être justifiée. La preuve se fait par la déclaration d'impôt montrant le partage des parts fiscales.
  www.pension-alimentaire .caf.fr : Demande de titre exécutoire
  (rubrique usagers / Aides et démarches /Demande de titre exécutoire)

- **CMG en résidence alternée**
  En cas de résidence alternée, le **Complément Mode de Garde (CMG**) peut être versé à chacun des parents, en fonction de leurs dépenses respectives de garde d'enfant.
  www.caf.fr : CMG : une aide pour chaque parent en cas de résidence alternée
  (rubrique : Allocataires / Ma Caf / Actualités départementales)

Le livret de famille

La **mise à jour** du livret de famille doit être effectuée **en mairie**. Les mentions de divorce et de séparation apparaissent sur le livret avec la mention de l'extrait d'acte de mariage.
Un **second livret** peut être remis au parent qui ne possède pas le livret original ; et c'est à lui d'en faire la demande. Ce livret peut être nécessaire pour effectuer certaines démarches administratives, comme l'inscription scolaire des enfants ou les demandes de prestations familiales.
La demande d'un second livret de famille est gratuite et s'effectue auprès de la mairie de votre lieu de résidence.

www.service-public.gouv.fr :
Demande d'un second livret de famille en cas de divorce ou de séparation
(rubrique : Fiches pratiques par thème / Papiers, Citoyenneté, Elections / Livret de famille



- Les vidéos ***« Parents après la séparation : #1 Les questions juridiques en cas de séparation***
  Chaîne Youtube Caf de la Haute-Garonne / Playlist Parents après la séparation PALS

- ***FAQ-Questions Juridiques en cas de séparation***

La pension alimentaire de vos enfants

La pension alimentaire de l'Aripa

L'**Aripa** (Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires) est le service public des pensions alimentaires, rattaché à la Caf et à la MSA.
Sa mission est de **sécuriser le versement des pensions alimentaires, de simplifier les démarches des parents séparés et de préserver l'intérêt des enfants.**

L'Aripa propose un ensemble de services gratuits, accessibles sans conditions de ressources :

- **Assurer l'intermédiation financière**
  L'Aripa peut devenir l'intermédiaire entre les deux parents pour la gestion de la pension alimentaire fixée pour les enfants.
  Elle se charge de collecter la pension auprès du parent débiteur et de la reverser au parent bénéficiaire (créancier), afin de garantir des versements réguliers.
- **Recouvrer les pensions alimentaires impayées**
  En cas de non-paiement ou de paiement partiel, l'Aripa peut engager une procédure de **recouvrement dès le premier mois d'impayé**, dans la limite des 24 derniers mois.
  Ce recouvrement est possible y compris si le parent débiteur réside à l'étranger.
- **Verser une aide financière** : ***l'Allocation de soutien familial (ASF)*** peut être versée aux parents en situation d'isolement lorsque la pension alimentaire est :
  > **En complément** d'une pension alimentaire d'un montant faible (ASF complémentaire) ;
  > **À titre d'avance**, lorsque la pension alimentaire est partiellement, totalement ou irrégulièrement versée (avance sur pension ou ASF recouvrable).
  > **De façon définitive** : si l'autre parent est décédé ou n'a pas reconnu votre enfant.
  Cette aide est versée **sans conditions de ressources**, **jusqu'aux 20 ans de l'enfant**.
  (Plus de détails page 26)
- **Simuler le montant de la pension alimentaire** grâce au simulateur en ligne disponible sur ***www.pension-alimentaire.caf.fr***
- **Délivrer un titre exécutoire**
  Pour les parents séparés qui signent une convention parentale, l'Aripa délivre gratuitement un titre exécutoire. Ce document officiel permet d'agir rapidement en cas d'impayés, sans passer par un juge.

aripa
L'agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires
www.pension-alimentaire.caf.fr

Où s'informer ?

www.pension-alimentaire.caf.fr

Un numéro de téléphone dédié :
3238 (coût d'un appel local)

L'intermédiation financière

L'intermédiation financière est l'une des offres du service public des pensions alimentaires. Elle est gérée par l'Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires (Aripa). Grâce à ce **service gratuit, la Caf ou la MSA joue le rôle d'intermédiaire entre les parents séparés.** Ainsi, elle collecte la pension alimentaire chaque mois auprès du parent qui paie la pension pour la reverser au parent qui doit la recevoir.

Ce service présente plusieurs avantages, il :

- Évite les tensions liées au paiement des pensions alimentaires ;
- Sécurise votre versement mensuel et réduit les risques d'impayés ;
- Recouvre les éventuels impayés rapidement et dès le premier mois.

Ce service public est **simple, gratuit, efficace, sécurisant** et fonctionne tant qu'une pension alimentaire est due pour les enfants. Il est mis en place **automatiquement** quel que soit le type de situation de séparation ou divorce et dès lors qu'une pension alimentaire a été fixée dans un titre exécutoire. **Il simplifie le versement des pensions,** sans que vous n'ayez à vous en occuper.

En cas d'échec de l'intermédiation financière, l'Aripa contacte d'abord le parent qui doit verser la pension alimentaire pour l'inviter à **régulariser la situation.**
Si le paiement n'est pas effectué, **l'Aripa engage rapidement et gratuitement des démarches de recouvrement** afin de récupérer l'ensemble des sommes dues et de les reverser au parent qui reçoit la pension alimentaire.

Dans l'attente du recouvrement, et **sur demande**, l'Aripa peut verser au parent qui élève seul(e) son enfant une **avance financière** : ***l'Allocation de soutien familial (ASF)*** (voir page 26).

Par ailleurs, lorsque le montant de la pension alimentaire est **inférieur à 199,18 €**, une **aide complémentaire** peut également être accordée, sur demande, au parent qui élève seul(e) son enfant.



• Les vidéos ***« Parents après la séparation : #4 Le service public des pensions alimentaires***
Chaine Youtube Caf de la Haute-Garonne / Playlist Parents après la séparation PALS

• FAQ-Le service public des pensions alimentaires / L'intermédiation financière

Quelles sont les conditions ?

- Vous êtes séparé de votre ex-conjoint, ou en cours de séparation ;
- Vous avez un/des enfant(s) qui bénéficie(nt) d'une pension alimentaire (sans condition d'âge).
  A noter : le service ne s'applique ni aux pensions versées directement aux enfants, ni aux pensions versées pour le conjoint (prestation compensatoire, par exemple).
- La pension alimentaire a été fixée dans un titre exécutoire : c'est un document officiel qui valide le montant de la pension et qui permet à la Caf ou la MSA d'agir en cas d'impayé.

CAS 1 : VOUS ÊTES MARIÉS

Vous êtes mariés



Vous pouvez faire une demande de pension alimentaire devant le Juge des Affaires Familiales



Vous n'avez rien à faire.
L'intermédiation finanière est automatique.

CAS 2 : VOUS N'ÊTES PAS MARIÉS

Vous n'êtes pas mariés

Avez-vous déjà fixé une pension alimentaire ?

NON



Vous êtes d'accord sur son montant



Vous pouvez demander un titre exécutoire Caf



Vous n'êtes pas d'accord sur son montant



Vous devez faire une demande de pension alimentaire auprès du Juge des Affaires Familiales

Vous n'êtes pas mariés

Avez-vous déjà fixé une pension alimentaire ?

OUI





Vous souhaitez un intermédiaire pour sa réception ou son versement



Vous pouvez demander l'intermédiation financière en ligne

Comment faire votre demande d'intermédiation financière ?

Vous pouvez faire votre demande d'intermédiation financière en ligne. A noter que vous n'avez pas besoin de l'accord de l'autre parent pour en bénéficier.

www.pension-alimentaire.caf.fr : Formulaire demande en ligne
(rubrique : Usagers / Aides et démarches / Intermédiation financière / Demande en ligne)

> Fixation du montant de la pension alimentaire
- Soit, vous disposez d'un titre exécutoire établi par un professionnel de justice (juge, notaire, avocat, etc.) ;
- Soit, vous effectuez votre demande de titre exécutoire en ligne.

> Transmission de votre demande à l'Aripa
- Le professionnel de justice transmet directement votre dossier à l'Aripa,
- Ou un agent de l'Aripa enregistre votre demande si vous l'avez réalisée en ligne.

> Les informations à compléter par chaque parent

Chaque parent reçoit ensuite un courrier de l'Aripa.

Vous pouvez renseigner les informations demandées **simplement et en toute sécurité depuis votre espace en ligne.**

Il vous sera demandé :
- Au parent qui reçoit la pension alimentaire : **ses coordonnées bancaires** ;
- Au parent qui verse la pension alimentaire : **les modalités de paiement de la pension**.

> Mise en place effective de l'intermédiation

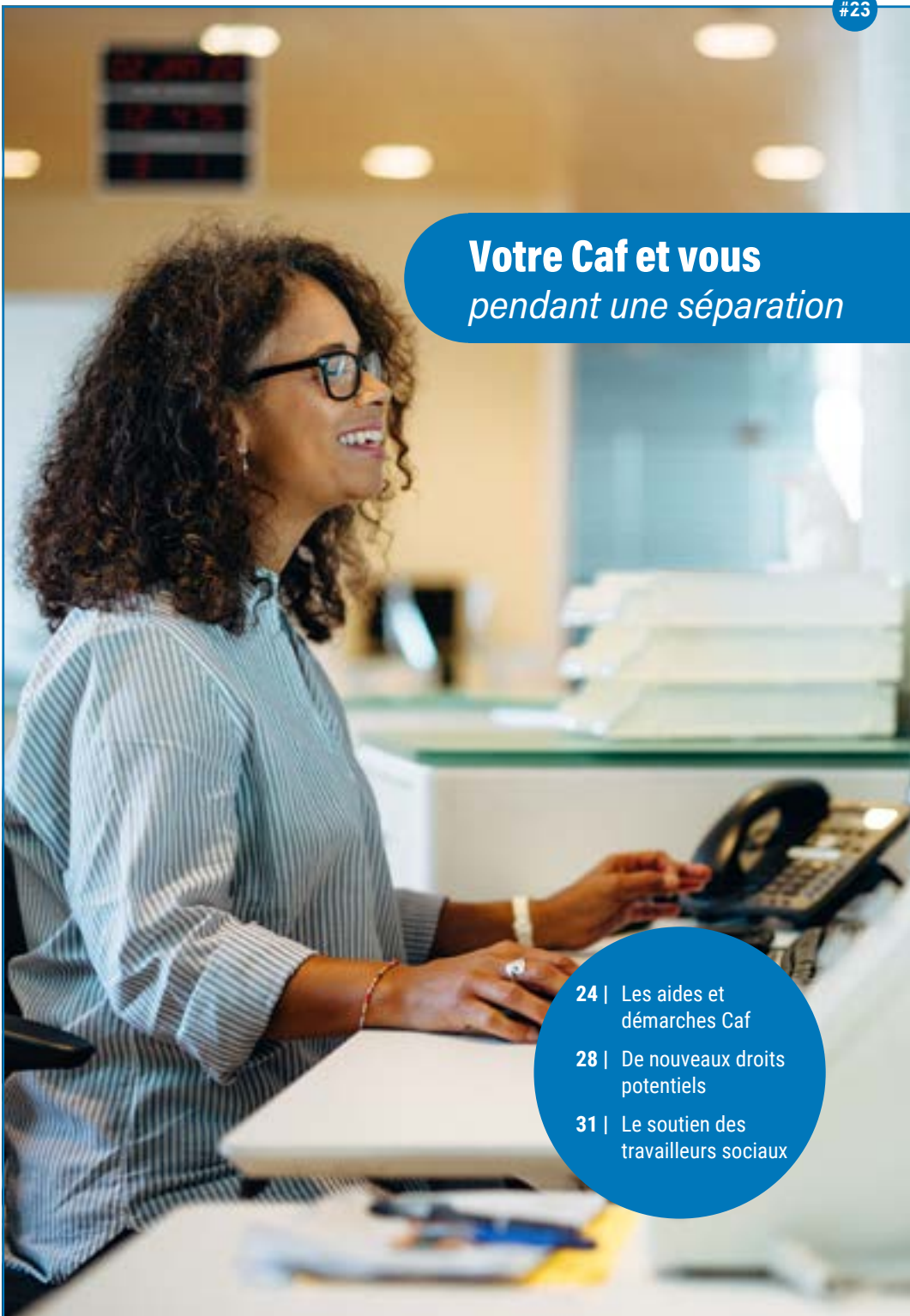
Une fois l'ensemble des informations complétées, l'Aripa adresse un courrier aux deux parents pour leur confirmer **la date de démarrage de l'intermédiation financière**.

À compter de cette date, l'Aripa devient votre interlocuteur privilégié pour le versement de la pension alimentaire : elle se charge de la collecter auprès du parent débiteur et de la reverser au parent bénéficiaire, en toute neutralité.

ATTENTION :

En cas d'absence de réponse aux courriers de l'Aripa, le parent qui doit verser la pension alimentaire s'expose à une pénalité financière, voire à une procédure de recouvrement forcée de la pension alimentaire générant des frais de gestion (pouvant prendre la forme d'une saisie sur salaire).

En attendant la mise en place effective de l'intermédiation financière, les versements de la pension alimentaire doivent se faire directement entre les deux parents.



Votre Caf et vous
pendant une séparation

24 | Les aides et démarches Caf

28 | De nouveaux droits potentiels

31 | Le soutien des travailleurs sociaux

Les aides et démarches Caf



• Les vidéos ***« Parents après la séparation : #3 L'accompagnement des familles en cas de séparation***
Chaine Youtube Caf de la Haute-Garonne / Playlist Parents après la séparation PALS

• FAQ-L'accompagnement des familles

La résidence alternée

Lors d'une séparation, il faut décider du lieu où **votre enfant vivra habituellement** : c'est ce qu'on appelle la **résidence ou mode de garde**.
Dans le cas d'une **résidence alternée**, votre enfant vit **chez chacun des parents**, selon un rythme défini ensemble ou fixé par le juge, toujours dans l'intérêt supérieur de l'enfant. Le temps peut être : **égal** entre les deux parents (ex. : une semaine / une semaine) ou **adapté** en fonction de l'intérêt de l'enfant et de la situation familiale.

Quels sont les impacts sur vos droits ?

• Pension alimentaire
La résidence alternée **n'exclut pas** le versement d'une pension alimentaire.
Elle peut être fixée lorsqu'il existe un **écart de revenus** entre les parents et qu'une contribution est nécessaire pour assurer l'entretien et l'éducation de l'enfant.

• Déclaration d'impôt
La résidence alternée doit être **signalée dans la déclaration de revenus.**
Les parts fiscales liées à l'enfant sont alors **partagées entre les deux parents**.

• Titre exécutoire demandé à l'Aripa (Caf)
Pour obtenir un **titre exécutoire** auprès de l'Aripa, la résidence alternée doit être justifiée. La preuve se fait par la déclaration d'impôt montrant le partage des parts fiscales.
www.pension-alimentaire .caf.fr
(rubrique usagers / Aides et démarches /Demande de titre exécutoire)

• CMG en résidence alternée
Vous faites appel aux services d'un assistant maternel ou d'un salarié de garde à domicile pour l'accueil de vos enfants ? En cas de résidence alternée, le **Complément Mode de Garde (CMG)** peut être versé **à chacun des parents**, en fonction de leurs dépenses respectives de garde d'enfant.
www.caf.fr : Tout comprendre sur les enfants en garde alternée
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Droits et prestations / Vie personnelle)

> En savoir plus sur les différents modes de garde ou de résidence page 16

L'intermédiation financière

L'intermédiation financière est l'une des offres du service public des pensions alimentaires. Elle est gérée par l'Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires (Aripa).

Grâce à ce **service gratuit, la Caf ou la MSA joue le rôle d'intermédiaire** entre les parents séparés. Ainsi, elle collecte la pension alimentaire chaque mois auprès du parent qui paie la pension pour la reverser au parent qui doit la recevoir.
> Plus de détails page xx (partie 1)

L'aide au recouvrement des pensions alimentaires

Votre pension alimentaire n'est pas payée, est payée en partie ou de façon irrégulière ?
L'**Aripa** (Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires) peut vous aider à récupérer les sommes dues. Elle peut engager des démarches pour récupérer jusqu'à **5 ans d'impayés** auprès de l'autre parent.
Dans certains cas, la Caf peut vous verser l'ASF (allocation de soutien familial : plus de détails page 26) en tant qu'**avance de pension alimentaire**, en attendant de récupérer les premiers paiements.

Qui peut bénéficier de cette aide ?

Vous pouvez demander l'aide au recouvrement si :

- Vous avez au moins un enfant à charge ;
- Une pension alimentaire a été fixée par un jugement, un notaire, la Caf ou la MSA ;
- La pension alimentaire n'est pas versée, ou seulement en partie.

> Si votre jugement prévoit l'intermédiation financière, le recouvrement peut être engagé y compris pour la période d'impayé au-delà des 20 ans de l'enfant.

> Si votre jugement ne prévoit pas l'intermédiation financière, le recouvrement ne peut concerner que les impayés constitués avant les 20 ans de l'enfant, à condition que le jugement ait été rendu avant sa majorité.

Comment l'Aripa récupère les impayés ?

Pour bénéficier de cette aide au recouvrement, vous n'avez pas besoin de faire appel à un huissier de justice.
L'Aripa vérifie d'abord si l'autre parent peut payer. Si c'est le cas, elle engage les démarches nécessaires pour récupérer les sommes dues directement auprès de l'autre parent, de son employeur ou de sa banque.

www.pension-alimentaire.caf.fr : Faire une demande d'aide au recouvrement *(rubrique : Usagers / Aides et démarches / Aide au recouvrement / Demande en ligne)*

L'allocation de soutien familial (ASF)

Vous élevez seul votre enfant ? Vous pouvez bénéficier de l'ASF si :
- L'autre parent ne participe pas à son entretien ou à son éducation ;
- La pension alimentaire n'est pas versée ou n'est versée qu'en partie ;
- La pension alimentaire est faible ;
- L'autre parent est décédé ;
- L'autre parent n'a pas reconnu l'enfant.

La demande d'ASF doit être faite par le parent qui élève l'enfant. Elle est versée **sans condition de ressources jusqu'aux 20 ans de l'enfant**.

www.pension-alimentaire.caf.fr : Tout comprendre sur l'allocation de soutien familial
(rubrique : Usagers / Aides et démarches / Allocation de soutien familial)

Qui peut bénéficier de l'ASF ?

Vous pouvez bénéficier de l'ASF si :
- Vous remplissez les conditions générales pour recevoir les prestations familiales ;
- Vous vivez seul avec au moins un enfant à charge ;
- Ou vous accueillez un enfant privé de l'aide d'un ou de ses deux parents.

> Si aucune pension alimentaire n'a été fixée
Vous pouvez recevoir l'ASF si :
- L'autre parent ne participe plus à l'entretien ou à l'éducation de votre enfant depuis au moins 1 mois ;
- Aucune pension alimentaire n'a été fixée par un juge, un notaire, la Caf ou la MSA.

Dans ce cas, la Caf peut vous verser l'ASF pendant **4 mois**. Pour continuer à recevoir cette aide après 4 mois, vous devez demander au **juge aux affaires familiales** de fixer une pension alimentaire et transmettre un justificatif de cette demande à la Caf.

> Si une pension alimentaire a déjà été fixée mais n'est pas payée
Si l'autre parent ne paie pas, ou ne paie qu'une partie de la pension alimentaire :
- La Caf peut vous verser une avance (avance sur pension ou ASF recouvrable) ;
- La Caf se charge de récupérer l'argent auprès de l'autre parent. Vous n'avez aucune démarche de recouvrement à effectuer vous-même.

> Si la pension alimentaire est versée mais son montant est faible
Si l'autre parent paie la pension alimentaire prévue, mais que son montant est inférieur à 200,78 € par enfant et par mois, la Caf peut verser **un complément d'ASF**.
Exemple : la pension alimentaire versée par l'autre parent est de 50 €
- Complément versé par la Caf : 150,78 €
- Montant total reçu : 200,78 € par enfant et par mois

À RETENIR

L'ASF peut vous aider dans trois situations :
• Aucune pension alimentaire n'a été fixée ;
• La pension alimentaire n'est pas payée ou qu'une partie ;
• La pension alimentaire est payée mais son montant est trop faible.

Attention : si vous vous mettez en couple (mariage, remariage, Pacs ou concubinage), vous ne pouvez plus bénéficier de l'ASF.

Exception : vous pouvez continuer à recevoir l'ASF si vous accueillez un enfant privé de l'aide de ses parents (enfant recueilli).

Pensez à signaler tout changement de situation à la Caf sur caf.fr

www.pension-alimentaire.caf.fr : Faire une demande d'ASF
(rubrique : Usagers / Aides et démarches /
Allocation de soutien familial/ Demande en ligne)

Le titre exécutoire

Vous n'êtes pas mariés et êtes d'accord sur le montant de la pension alimentaire pour votre ou vos enfants ? L'Aripa peut vous délivrer un titre exécutoire pour fixer celui-ci.
Ce document a la même valeur qu'un jugement en ce qui concerne la pension alimentaire et vous n'avez pas à passer devant le juge.

www.pension-alimentaire.caf.fr : Demande de titre exécutoire
(rubrique : Usagers / Aides et démarches / Titre exécutoire)

De nouveaux droits potentiels

En cas de séparation, la Caf étudie vos nouveaux droits aux prestations. Ils sont calculés en fonction de vos ressources et de votre situation familiale. Quand votre situation personnelle change, les montants de vos aides peuvent évoluer et vous pouvez parfois recevoir des prestations auxquelles vous n'aviez pas droit avant.

En répondant à quelques questions, vous pouvez connaître précisément les droits et services proches de chez vous dont vous pouvez bénéficier. Vous pouvez également prendre un rendez-vous avec un conseiller Caf pour vous aider dans vos démarches, étudier vos droits et vous apporter des solutions adaptées à vos besoins.

www.caf.fr : Parcours Séparation
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Ma situation / Séparation / Accéder au parcours personnalisé)

Séparation liée à une incarcération : quels impacts sur vos droits ?

Pour vous aider à y voir plus clair, la Caf de la Haute-Garonne met à votre disposition un guide pratique.

Ce qu'il faut retenir :

- Toute incarcération doit être signalée à la Caf ;
- Vos prestations peuvent être modifiées, suspendues ou recalculées ;
- Des démarches spécifiques sont à effectuer à la sortie de détention.



Les aides de la Caf et l'incarcération
Guide à télécharger

L'accès et le maintien au logement

Lors d'une séparation, trouver ou conserver un logement est une priorité pour de nombreux couples qui vivaient sous le même toit. La Caf peut vous soutenir à faire face à des dépenses potentiellement plus importantes en vivant seul(e) :

- Un **accompagnement social** vous est proposé suite à votre séparation (voir page 31-32).
- Si vous payez un loyer et que vos ressources sont modestes, la Caf peut vous verser une **aide au logement** (sous certaines conditions).
- Si vous êtes propriétaire et que vous remboursez un prêt, vous aurez peut-être droit à un soutien financier (sous certaines conditions).
- Une **aide ponctuelle liée aux charges de logement**.
- Un **prêt à l'amélioration de l'habitat** (PAH) pour réaliser des travaux.
- Un **prêt d'ameublement et matériel informatique** (PAMI) pour vous équiper lors de votre installation.

www.caf.fr : Les aides financières
(rubrique : Allocataires / Ma Caf / Logement / Le Parcours logement / Les aides financières)

À SAVOIR : En cas de déménagement, n'oubliez pas de faire une nouvelle demande d'aide au logement à la Caf, sur caf.fr.

Le revenu de solidarité active (RSA)

Si vous avez peu ou pas de ressources, la Caf peut étudier votre droit au Revenu de solidarité active (RSA)

www.caf.fr : Le revenu de solidarité active (RSA)
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Droits et prestations / Vie professionnelle)

La prime d'activité

Si vous percevez des revenus d'activité inférieurs à 1 787 € net par mois (montant valable pour une personne seule sans enfant), vous êtes peut-être éligible à la prime d'activité.

www.caf.fr : La prime d'activité
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Droits et prestations / Vie professionnelle)

L'allocation de base

Elle est attribuée mensuellement, sous condition de ressources, pour les dépenses liées à l'éducation de votre enfant. L'allocation de base est versée jusqu'au mois précédant les 3 ans de votre enfant ou, en cas d'adoption, pendant 36 mois consécutifs.

www.caf.fr : L'allocation de base
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Droits et prestations / Vie professionnelle)

La prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE)

Vous vivez seul(e) et vous cessez ou réduisez votre activité professionnelle pour élever votre ou vos enfant(s), vous pouvez bénéficier de la PreParE :

- **Pour un enfant à charge :** dans la limite du 1er anniversaire de votre enfant.
- **Pour deux enfants à charge ou plus :** dans la limite du 3e anniversaire de votre enfant.
  ** Attention : lorsque vous avez la charge de 2 enfants ou plus, la durée de votre droit à la PreParE est réduite du nombre de mois postnataux indemnisés au titre de la maternité ou de l'adoption.*

www.caf.fr : La prestation partagée d'éducation de l'enfant - PreParE
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Droits et prestations / Vie professionnelle / La prestation partagée d'éducation de l'enfant PreParE)

Le complément de libre choix du mode de garde (CMG)

Vous employez un assistant maternel agréé ou vous recourez à une garde d'enfant à domicile ? En cas de résidence alternée des enfants, chacun des parents peut désormais bénéficier du CMG.
Les démarches à effectuer pour en bénéficier :

- **Déclarer la résidence alternée** sur l'espace Mon Compte du caf.fr.
- Si vous avez au moins deux enfants issus d'une même union : **définir le partage des allocations familiales*** (si vous en bénéficiez) depuis votre espace Mon Compte sur caf.fr.
- Puis, pour **le parent non bénéficiaire** (ou si vous n'êtes pas encore bénéficiaire) : faire une demande de CMG sur caf.fr. Si vous êtes le parent déjà bénéficiaire du CMG : il n'y a rien à faire.
  **A noter : en l'absence d'accord, la Caf procède automatiquement au partage des allocations familiales.*

Un simulateur est disponible sur le site de l'Urssaf pour vous aider à estimer le montant de votre CMG et la dépense qui restera à votre charge avec le nouveau calcul.



www.urssaf.fr *(rubriques Outils et documentation/ Les simulateurs / Evaluer votre reste à charge et votre complément de libre choix du mode de garde (CMG).*

Le soutien des travailleurs sociaux



• Les vidéos ***« Parents après la séparation : #3 L'accompagnement des familles en cas de séparation***
Chaîne Youtube Caf de la Haute-Garonne / Playlist Parents après la séparation (PALS)

Un accompagnement personnalisé

L'accompagnement social et **personnalisé** des travailleurs sociaux s'adresse aux **parents allocataires, avec au moins un enfant à charge de moins de 20 ans.**

Il vise à les soutenir dans **l'organisation familiale** et le nouveau projet de vie. Il permet de favoriser **l'accès au droit** commun dans l'intérêt de l'enfant. En fonction de la situation et de vos besoins, vous pouvez (si vous le souhaitez) être accompagné(e) par un travailleur social de la Caf pour aborder les différentes questions concernant votre séparation :

- Comment faire valoir mes droits légaux et extra-légaux ?
- Quelles démarches juridiques entreprendre ?
- Comment s'organise le droit de garde des enfants ?
- Qu'est-ce que le droit de visite et d'hébergement ?
- Qui peut m'aider en cas de conflit ?
- Comment avoir droit à une pension alimentaire ?
- Comment gérer le budget au regard de ma nouvelle situation familiale ?

Une prise en charge globale

Le travailleur social vous proposera sur rendez-vous :

- Une écoute confidentielle
- Un accompagnement coconstruit qui répond à vos besoins
- Un soutien dans les démarches d'accès ou de maintien dans le logement (préparation de dossier, demande d'aides financières...)
- Une orientation vers les organismes et /ou partenaires spécialisés : Conseil départemental, Agence départementale d'information sur le logement, action logement…

Le rendez-vous peut se tenir :

- Lors d'une permanence sociale proche de votre lieu d'habitation ;
- Dans le cadre d'une visite à domicile ;
- Ou d'un entretien téléphonique.

Ce rendez-vous vise à faire un point global de votre situation. Ce point permettra de vous communiquer dans un premier temps de l'information et de vous prodiguer des conseils.
Il a également pour but d'établir un diagnostic de votre situation. Et, en fonction des problématiques identifiées, un plan d'accompagnement peut vous être proposé.
Si vous adhérez à ce plan, alors l'accompagnement social commence. Des rendez-vous sont proposés afin de travailler à la mise en œuvre du plan d'accompagnement qui permettra de trouver des solutions pérennes aux difficultés que vous rencontrez.

A NOTER :
Pour prendre rendez-vous, contactez le pôle social de la Caf au 05 61 99 74 05 ou par mail à l'adresse suivante : *pole-social-territorialise@caf31.caf.fr*

Les dispositifs de soutien
à la parentalité



Des lieux ressources pour tous : le réseau parentalité 31

En complément du versement des aides financières, la Caf de la Haute-Garonne anime le **réseau parentalité 31**, au sein duquel un ensemble de professionnels de la petite enfance (des crèches, des assistantes maternelles...), de l'enfance et de la jeunesse (avant et après l'école, le mercredi après-midi, pendant les vacances scolaires...), de la parentalité, de l'animation de la vie sociale vous proposent, en fonction de vos besoins et de votre situation :

- Un soutien ponctuel au domicile ;
- Un entretien individuel ;
- Des séances de médiation familiale ;
- Des animations collectives pour rencontrer d'autres parents (via des groupes de paroles, ou des cafés des parents à thème) ;
- Des activités et ateliers partagés parents-enfants ;
- Des temps forts et des événements festifs à découvrir dans les actualités sur parents31.

www.parents31.fr : « notre sélection d'activités du mois en Haute-Garonne »

LE RÉSEAU parentalité 31

Parents31.fr



Parents31.fr vous informe et vous accompagne dans votre rôle au quotidien. Le site vous propose des ressources et répertorie les structures, services, événements et actualités en Haute-Garonne.

> Les services et les événements près de chez vous

Avec parents31.fr, géolocalisez sur une carte interactive, selon vos critères (âge de l'enfant, thématique, types d'événements...) toutes les structures et les événements près de chez vous susceptibles de vous intéresser (structures et services, conférences/ webinaires, activités parents, activités enfants, activités parents-enfants, groupes de parole pour les parents, cafés, débats...).

> Un agenda multicritère

Parents31.fr propose un agenda qui vous permettra d'identifier tous les événements à venir en Haute-Garonne, grâce à une recherche détaillée.

> Toute l'information générale

Six grandes rubriques vous informent et vous orientent vers les institutions de référence en fonction de la thématique qui vous intéresse (scolarité, santé, mode d'accueil, prévention, séparation, adoption, vacances et loisirs, handicaps...) et de l'âge de votre enfant (Futur parents / Petite enfance 0-6 ans / Enfance 6-12 ans / Adolescence 12-18 ans / Jeunes adultes 18-25 ans / Vie des familles (deuil, séparation, familles monoparentales, violences...).

> Un espace dédié aux ressources

Sur parents31.fr, vous pouvez accéder gratuitement à un ensemble de ressources utiles sur les sujets de l'enfance et de la parentalité (vidéos, articles, podcasts, bibliographie, sites web...).



Une rubrique dédiée : Séparation

« www.parents31.fr : Séparation : accompagner les enfants et s'organiser en tant que parents »

(rubrique : Vie des familles / Séparation)

> Suivez-nous sur Instagram

@parents31.fr

Un soutien ponctuel : l'aide à domicile

Après une séparation, il est parfois utile de se faire accompagner le temps de retrouver de la stabilité dans l'équilibre familial. Une aide temporaire à domicile apporte un soutien pour vous aider à surmonter les difficultés que vous pouvez rencontrer. Cet accompagnement vise, prioritairement, à soutenir la fonction parentale ainsi qu'à faciliter les relations entre les parents et les enfants mineurs. Elle intervient dans une logique préventive et à défaut de toute autre solution de type familiale ou sociale ou de financement par d'autres organismes.

Vous pouvez bénéficier de l'aide et de l'accompagnement à domicile si :
- Vous êtes déjà allocataire de la Caf ;
- Vous avez au moins un enfant de moins de 18 ans à charge.

Une **Auxiliaire de Vie Sociale (AVS)**, **Accompagnant Educatif Social (AES)** ou une **Technicienne de l'Intervention Sociale et Familiale (TISF)** sont des professionnels qualifiés pouvant intervenir, de manière temporaire et ponctuelle à votre domicile, en fonction de vos besoins et de votre situation :
- Pour vous aider à **réorganiser votre quotidien et celui de vos enfants** : les courses, l'entretien du linge et du logement, la préparation des repas, les menus, etc.
- Pour vous soutenir dans votre **fonction parentale** ou sur le **plan éducatif** de vos enfants : apporter un soutien dans les relations avec vos enfants, prendre soin de l'enfant, ses besoins, son développement, les devoirs, du soutien scolaire pour les plus grands, la gestion du budget de la famille, l'accompagnement à des activités de loisirs, des démarches administratives, du répit parental, etc.

La **durée et le nombre d'heures** d'intervention à domicile sont définis avec la famille, dans le cadre d'un entretien réalisé au début de l'intervention et en fonction des disponibilités et des moyens des services.
Une participation financière sera calculée en fonction de votre quotient familial. Les parents peuvent contacter directement les services d'aide à domicile conventionnés avec la Caf *(cf. contacts utiles)*.
Vous pouvez aussi vous appuyer sur l'aide à domicile dans d'autres situations que la séparation : périnatalité et l'arrivée de l'enfant, état de santé du parent ou de l'enfant, moments clés de la vie scolaire, déménagement/emménagement, le décès d'un enfant, d'un parent ou d'un proche, l'insertion socio-professionnelle des mono parents ou l'inclusion d'un enfant en situation de handicap.

AIDE ET ACCOMPAGNEMENT À DOMICILE
pour les familles allocataires

Tout comprendre sur :
les principes de l'aide à domicile *à télécharger*

A SAVOIR Lorsque vous recourez à l'aide à domicile, vous bénéficiez d'un crédit d'impôt. www.impost.gouv.fr

Parfois pour continuer à se parler à deux, il faut être trois

Stéphanie, médiatrice familiale à la Maison des droits, des enfants et des jeunes

Faire face à une situation de conflit : la médiation familiale

Quand il y a un conflit, une crise ou une rupture familiale, il est parfois difficile de s'entendre, de communiquer, de s'organiser. Les services de médiation familiale sont des espaces qui permettent de bénéficier de l'écoute d'un tiers neutre et qualifié, le médiateur familial. Il vous accompagnera vers un retour au dialogue et tentera d'ouvrir avec vous, de nouvelles perspectives relationnelles dans l'intérêt de votre enfant :

- Améliorer ou restaurer le dialogue avec l'autre parent ;
- Permettre à votre enfant de conserver la place qui est la sienne au sein de la famille ;
- Organiser vos droits et devoirs de parents.

Le 1er entretien d'information est gratuit et sans engagement. Ensuite, vous assisterez avec l'autre parent à des entretiens d'1h30 à 2h ; ces séances sont payantes. Une participation financière est demandée en fonction de vos revenus et selon un barème national établi par la Caf.

Vous pouvez contacter un médiateur même sans être allocataire.
5 associations proposent ce service en Haute-Garonne : Ecole des Parents et des Educateurs, Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles, L'Atelier Familial, Maison des Droits des Enfants et des Jeunes, Ecoute moi Grandir *(cf. contacts utiles)*.
Il y a également une **dizaine de permanences** près de chez vous : Blagnac, Castanet-Tolosan, Cazères, Colomiers, Cugnaux, Escalquens, Luchon, Muret, Revel, Tournefeuille, et des permanences dans les tribunaux judicaires à Toulouse et à Saint-Gaudens.
Le juge aux affaires familiales peut également proposer une médiation familiale en cours de procédure.



EN SAVOIR PLUS, consultez la plaquette départementale de la médiation familiale en Haute-Garonne.
La médiation familiale en Haute-Garonne
à télécharger

- Les vidéos ***« Parents après la séparation : #2 La médiation familiale en cas de séparation***
  Chaîne Youtube Caf de la Haute-Garonne / Playlist Parents après la séparation PALS

- ***FAQ-La médiation familiale en cas de séparation***

Maintenir le lien parents-enfants : les espaces de rencontres

Lors d'une séparation conflictuelle entre les deux parents, il peut être utile de disposer d'un **lieu neutre pour maintenir ou renouer le lien** entre un enfant et son parent. Les espaces de rencontre jouent ce rôle : ils permettent à l'enfant de voir son parent dans un cadre sécurisé et bienveillant, avec l'accompagnement de professionnels. L'accès à un espace de rencontre est gratuit.

Vous pouvez vous rendre dans un espace de rencontre si vous n'habitez pas avec votre enfant et que la mise en place de votre droit de visite est difficile ou interrompue.
Un magistrat (juge aux affaires familiales) peut vous orienter en espace de rencontre à la suite d'un jugement. Il vous délivrera alors un document vous permettant d'accéder à l'espace de rencontre. Mais vous pouvez également être orienté par un travailleur social ou vous rapprocher directement d'un espace de rencontre près de chez vous, sans forcément passer par un juge.
4 structures espaces de rencontres sont agréés en Haute-Garonne : Liens Parents Enfants 31, Ecoute moi grandir, Atelier familial et Le passage *(cf. contacts utiles)*.

Dans un premier temps, vous serez reçu(e) avec votre enfant par un professionnel. Il vous informera sur le fonctionnement de l'espace de rencontre (règlement, modalités d'accueil…) et les rapports que la structure entretient avec les institutions judiciaires et administratives. En fonction de votre situation, les rencontres dans les locaux de la structure pourront ensuite prendre différentes formes : avec ou sans présence obligatoire de l'intervenant, avec ou sans sortie possible ou sous forme d'un simple « passage de bras » de l'enfant entre vous et l'autre parent.

Au-delà de ces lieux spécifiques, des services d'écoute et de soutien psychologique sont accessibles aux parents solos et à leurs enfants.
Des associations locales, par exemple le ***CIDFF Haute-Garonne*** ou l'***Udaf31*** peuvent vous orienter vers un accompagnement adapté à votre situation.

• Vidéo « FFER : 3 minutes pour connaître des espaces de rencontre enfants-parent »
Chaîne Youtube FFER Relations Enfants parents

www.parents31.fr : « Séparation parents : aides et ressources en Haute-Garonne »
(rubrique : Actualités / A la une / Octobre 2025)

www.parents31.fr : « Séparation : comment préserver au mieux vos enfants ? »
(rubrique : Actualités / A la une / Septembre 2025)

Des temps d'échanges entre parents

Lorsque les tensions ou les incertitudes deviennent difficiles à gérer, il peut être bénéfique pour les parents de partager leur expérience avec d'autres dans un cadre bienveillant.



En Haute-Garonne, l'association ***Espace Médiation & Idées*** propose plusieurs groupes de parole animés par des professionnels qualifiés :

- Un **groupe pour les hommes concernés par une procédure de divorce ou un processus de séparation**, un vendredi par mois, de 20h à 22h30 ;
- Un **groupe mixte en visioconférence**, le mercredi à 20h30, pour faciliter la participation des parents éloignés ;
- Un **groupe mixte « La parentalité à l'épreuve de la séparation »**, un vendredi par mois.

Ces rencontres sont animées par Jean Batsère, médiateur familial.
Vous pouvez le contacter au 06 19 15 32 56 ou par mail ***batserej31@yahoo.fr***

En complément et à destination des mères confrontées à une séparation conjugale dans l'exercice de leur parentalité, la psychologue clinicienne Marjorie Borraz anime des groupes de paroles en visio une fois par mois. Vous pouvez la contacter au 06 61 47 82 80 ou par mail ***marjorieborraz.psy@gmail.com***

Pour accompagner au mieux votre enfant et trouver du soutien, d'autres structures locales sont à votre disposition.

- Les ***centres sociaux*** peuvent proposer des espaces d'échanges entre parents (groupes de parole, café des parents) sur la séparation, si ses adhérents en ont exprimé le besoin.
- ***École des Parents et des Éducateurs (EPE 31)*** :
  accompagnement, groupes de parole, conseils.
- ***Maison des adolescents (MDA 31)*** :
  écoute et soutien pour les adolescents et leurs familles.
- ***Maison des droits des enfants et des jeunes (MDEJ)*** :
  accueil, information et orientation des familles.
- ***Service de médiation familiale*** : proposé par des associations agréées pour favoriser la communication entre parents après la séparation *(voir page 37)*

Les espaces écoute parents

Chaque étape de l'enfance soulève des questions nouvelles : crises de colère, difficultés scolaires, conflits, fatigue, solitude… pouvant être provoquées ou accentuées à la suite d'une séparation.
Les espaces écoute parents sont des lieux d'accueil, d'écoute et de soutien à destination des familles. Ils permettent d'échanger avec un psychologue, de bénéficier de conseils ou d'une orientation personnalisée sur des sujets allant du simple questionnement éducatif aux difficultés plus importantes (agressivité, difficultés scolaires...).

Un psychologue de l'**École des parents et des éducateurs (EPE)** vous accueille sur rendez-vous pour vous aider à y voir plus clair dans votre rôle de parent, à mieux comprendre les comportements de votre enfant, à apaiser les tensions familiales, ou tout simplement à vous sentir écouté, sans jugement. Ces entretiens sont confidentiels et gratuits.



www.parents31.fr : L'espace écoute parents : un espace gratuit pour accompagner les familles en Haute-Garonne »
(rubrique : Actualités / A la une / Mai 2025)

www.epe31.fr : « Espace Ecoute parents »
(rubrique : entretiens psychologiques / Espace Ecoute Parents



Organiser la vie de famille
dans l'intérêt de l'enfant

La séparation peut être source d'inquiétude, de tristesse et d'instabilité pour les enfants. Voici quelques pistes et ressources pour vous aider à préserver leur bien-être, à maintenir un cadre sécurisant et à favoriser le dialogue.

Anticiper et dialoguer en famille

Lors d'une séparation, la manière dont l'information est communiquée à l'enfant est primordiale. Les spécialistes recommandent d'expliquer la situation avec des mots simples, adaptés à son âge, en insistant sur le fait qu'il n'est pas responsable de la rupture.

Il est également important que les deux parents adoptent un discours cohérent pour éviter toute confusion. Maintenir la coparentalité, même en cas de désaccord, reste une priorité : **l'enfant doit continuer à percevoir ses deux parents comme impliqués et présents dans son quotidien.**

Choisir un mode de garde

La résidence alternée est une solution souvent envisagée. Elle consiste à organiser l'accueil de l'enfant au domicile de chacun des parents, selon un rythme défini d'un commun accord ou par décision judiciaire.
Il n'existe pas de modèle unique : la loi (article 373-2-9 du Code civil) indique que ce choix doit toujours se faire dans l'intérêt supérieur de l'enfant. Plusieurs critères sont pris en compte :

- La proximité géographique des parents pour éviter des trajets trop longs ;
- La capacité de chacun à assurer la continuité scolaire et sociale ;
- La qualité de la communication entre parents.

En cas d'accord entre les deux parents, l'organisation peut être établie à l'amiable et inscrite dans la convention de divorce ou par écrit pour les couples non mariés.

En cas de désaccord, le juge aux affaires familiales peut être saisi. Il peut ordonner une période d'essai en résidence alternée avant de rendre une décision définitive.

Pour favoriser un accord, le recours à la **médiation familiale** est recommandé *(voir page 37)*. Ce service aide les parents à rétablir la communication et trouver des solutions adaptées.

Pour éviter les tensions liées au versement de la pension alimentaire, vous pouvez faire appel au **service d'intermédiation financière** proposé par la Caf *(voir page 25)*.

Ce dispositif joue le rôle d'intermédiaire entre les parents : **l'un verse la pension à la Caf, qui la reverse ensuite à l'autre parent**. Ce service sécurise les paiements, réduit les conflits et protège l'enfant de situations conflictuelles.

Accompagner vos enfants sur le plan émotionnel

Reconnaître et comprendre leurs émotions

Une séparation est un bouleversement pour votre enfant, quel que soit son âge. Il peut exprimer son mal-être de différentes manières : tristesse, colère, troubles du sommeil, baisse des résultats scolaires ou comportements régressifs.

Les spécialistes recommandent de rester attentif à ces changements, de maintenir un cadre rassurant et de favoriser le dialogue. **Exprimer ses émotions librement aide l'enfant à comprendre ce qu'il vit et à réduire son anxiété.**

Le rôle des parents est crucial : écouter sans juger, répondre aux questions avec sincérité et éviter d'impliquer l'enfant dans les conflits parentaux. Cette neutralité contribue à son équilibre et à sa sécurité affective.

Espaces d'expression pour les enfants et les adolescents

En Haute-Garonne, plusieurs dispositifs permettent aux enfants et adolescents de parler de leurs ressentis en toute confiance, avec des professionnels qualifiés.

> **Le dispositif « Mon soutien psy »** de la CPAM, permet aux personnes (enfants dès l'âge de 3 ans, adolescents, adultes) ressentant un mal-être ou traversant un moment difficile, de bénéficier de séances d'accompagnement psychologique prises en charge à 60 % par l'Assurance Maladie et 40 % par les complémentaires santé (mutuelles, assurances privées). Il n'y a pas d'avance de frais lors des consultations pour les bénéficiaires de la Complémentaire santé solidaire.

EN SAVOIR PLUS :

www.ameli.fr : Dispositif « Mon soutien psy »
(rubrique : Assuré / Actualités / Dispositif «Mon soutien psy »

> **Groupes de parole pour enfants,** organisés par l'École des Parents et des Éducateurs (EPE 31) : un espace sécurisé pour exprimer leurs émotions, partager leurs expériences et comprendre qu'ils ne sont pas seuls à vivre cette situation.

www.epe31.fr

• **Groupes de parole pour adolescents,** proposés par la Maison départementale des adolescents (MDA 31) : animés par des professionnels spécialisés dans l'adolescence et la famille, ces temps d'échange permettent aux jeunes de poser leurs questions et de trouver du soutien.

www.haute-garonne.fr : « La maison départementale des adolescents »

Ces initiatives permettent de renforcer la résilience des jeunes face à la séparation et de limiter les impacts psychologiques à long terme.



Des situations de séparation *fragilisantes*

46 | Les violences conjugales et intrafamiliales

50 | L'incarcration

Les violences conjugales et intrafamiliales

> Vous subissez des violences ou vous êtes témoin de violences conjugales ou intrafamiliales, alertez les forces de l'ordre soit en :

- composant le **17**
- envoyant un sms au **114**
- vous rendant dans le commissariat ou la gendarmerie les plus proches de chez vous



> Trouver un hébergement d'urgence : 115

> Les numéros d'écoute :

- **3919** – Violences Femmes Info
- **119** – Allô enfance en danger

Les violences intrafamiliales interviennent au sein de la famille et du foyer. Elles sont généralement le fruit de **violences conjugales** (au sein du couple) mais peuvent également atteindre les enfants.
Ces violences peuvent prendre la forme d'actes de **violences physiques, psychologiques, économiques ou sexuelles.** Elles sont interdites par la loi et doivent être dénoncées.

Conflit conjugal vs. Violence conjugale

Un conflit oppose deux personnes ; la violence conjugale instaure un rapport de domination d'une personne sur l'autre.

Conflit conjugal : désaccord ou opposition entre deux personnes qui sont sur un pied d'égalité au sein d'un couple. Les partenaires peuvent exprimer leur point de vue, même si les échanges sont tendus.

Violence conjugale : situation dans laquelle une personne exerce un pouvoir ou un contrôle sur son partenaire par des violences physiques, psychologiques, verbales, sexuelles, économiques ou administratives. Il existe alors un rapport de domination et de peur.

POUR EN SAVOIR PLUS :
« Les différentes formes de violences sexistes et sexuelles »
https://arretonslesviolences.gouv.fr

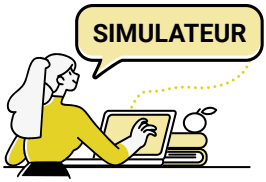
L'aide d'urgence aux victimes de violences conjugales

Les personnes subissant des violences conjugales peuvent bénéficier de **l'aide d'urgence pour les victimes de violences conjugales (AVVC)** versée par la Caf. Elle permet d'obtenir un soutien financier afin de **s'éloigner physiquement de l'auteur des violences** et faire face aux dépenses immédiates en attendant de trouver des solutions durables.

Selon votre situation financière et sociale, elle se présente **sous forme d'une aide non remboursable ou d'un prêt sans intérêt.** Dans le cas d'un prêt, l'auteur des violences pourra être condamné à rembourser le prêt à la place de la victime.

Pour accéder à l'AVVC, il faut présenter un **document attestant de la situation de violence, datant de moins de 12 mois :**

- une plainte déposée auprès de la police ou de la gendarmerie ;
- une ordonnance de protection délivrée par un juge ;
- un certificat médical attestant des violences ;
- une attestation d'une association spécialisée reconnue.



Un ***simulateur en ligne***
est disponible pour :
- Estimer le montant de l'aide ;
- Connaître sa nature (don ou prêt).

www.caf.fr : Simulation Aide d'urgence pour les victimes de violences conjugales
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches / Mes démarches / Vie personnelle / Violences / Simuler)

Avant de faire une demande d'AVVC, retrouvez les conditions et montants sur caf.fr

www.caf.fr : « L'aide d'urgence pour les victimes de violences conjugales »
(rubrique : Allocataires / Aides et démarches /Droits et prestations / Vie personnelle / L'aide d'urgence pour les victimes de violences conjugales)

Logement et violences conjugales, quels sont vos droits ?

Le guide « Logement et violences conjugales » vous accompagne sur vos droits et l'ensemble des coordonnées des associations* pouvant vous aider dans vos démarches. Il vous permet de savoir comment :

- **> Se mettre en sécurité :** se préparer avant la séparation, demander un hébergement d'urgence, une aide financière ou engager une procédure,
- **> Quitter le domicile :** donner congé du logement, le paiement des dettes locatives,
- **> Rechercher un nouveau logement :** demande de logement social, recherche d'un logement dans le parc privé, demander des aides …



** Associations membres du réseau Fédération nationale Solidarité Femmes*

Télécharger le Guide « Logement et violences conjugales »

Trouver une écoute et un accompagnement

Au-delà de l'urgence et de l'aide financière, plusieurs dispositifs existent pour proposer un accompagnement global : médical, psychologique, social et juridique pour vous écouter, vous soutenir et vous orienter vers des solutions adaptées.

La Maison des femmes - Toulouse Occitanie Ouest (CHU Purpan)

La Maison des femmes est un lieu d'accueil confidentiel, gratuit et sécurisé. **Elle s'adresse aux femmes victimes de violences conjugales, sexuelles ou intrafamiliales, à partir de 15 ans.**

- Équipe pluridisciplinaire : médecins, psychologues, assistantes sociales, juristes.
- Prise en charge médico-psychologique complète.
- Accompagnement dans le dépôt de plainte et démarches judiciaires.
- Orientation vers des associations partenaires et dispositifs d'hébergement.

www.chu-toulouse.fr : « Maison des femmes »
(rubrique : Accueil / Patient.es et soins / Lieux de soins / Maison des femmes Toulouse Occitanie Ouest)

Votre rencontre avec un interlocuteur de la Caf

Si vous êtes déjà accompagné par un travailleur social de la Caf, vous pouvez prendre rendez-vous avec lui (cf. Contacts utiles) pour obtenir une aide adaptée à cette situation de violence.

Lors de cet entretien confidentiel, le professionnel vous apporte une écoute attentive et vous accompagne dans vos démarches administratives : ouverture ou maintien de droits Caf, recherche de logement, organisation familiale. Il peut également vous orienter vers des **associations spécialisées dans l'aide aux victimes de violences familiales et conjugales en Haute-Garonne.**

Accompagnement juridique

Pour se protéger et faire valoir ses droits, il est essentiel d'avoir accès à un soutien juridique adapté. En Haute-Garonne, plusieurs dispositifs permettent aux victimes de violences familiales ou conjugales d'être accompagnées gratuitement et de sécuriser leur situation.

> Centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF Haute-Garonne)
05 34 31 23 31

- Permanences gratuites en droit de la famille, logement, travail et protection sociale ;
- Accompagnement dans les démarches administratives et juridiques liées aux violences conjugales : dépôt de plainte, ordonnances de protection, aides financières et sociales ;
- Conseils personnalisés pour l'organisation familiale et la protection des enfants.
- Orientation vers des associations locales et services spécialisés pour un suivi psychologique et social complémentaire.

hautegaronne.cidff.info

> Conseil départemental d'accès au droit de la Haute-Garonne (CDAD 31) - 05 61 33 70 88.

- Consultations gratuites avec des avocats et juristes en Haute-Garonne ;
- Informations sur les procédures judiciaires, aides aux victimes, droits sociaux et recours en cas de violences familiales ou conjugales ;
- Orientation vers des permanences spécialisées pour déposer plainte ou faire valoir ses droits en justice.

www.cdad-hautegaronne.justice.fr

> Tribunal judiciaire pour une ordonnance de protection :

- La victime peut demander **une ordonnance de protection auprès du juge aux affaires familiales** du tribunal judiciaire ;
- Ce dispositif permet d'**éloigner immédiatement l'auteur des violences**, protéger les enfants et fixer des mesures provisoires sur le logement, les pensions alimentaires et les contacts avec les enfants ;
- Les services locaux (CIDFF, Maison des femmes, travailleurs sociaux Caf) peuvent **accompagner la victime dans la constitution du dossier et le suivi judiciaire**.

Retrouvez toutes les associations de soutien des victimes de violences familiales et conjugales en Haute-Garonne, page « Contacts utiles »

L'incarcération

Incarcération : quels impacts sur vos droits ?
Pour vous aider à y voir plus clair, la Caf de la Haute-Garonne met à votre disposition un guide pratique.



Ce qu'il faut retenir :
- Toute incarcération doit être signalée à la Caf ;
- Vos prestations peuvent être modifiées, suspendues ou recalculées ;
- Des démarches spécifiques sont à effectuer à la sortie de détention.

Parler de l'incarcération avec vos enfants

Aborder le sujet de la prison avec un enfant n'est jamais simple. Selon l'âge, les mots, les émotions et les questions diffèrent. **Il est toutefois important de ne pas laisser place au silence, qui pourrait générer peur, culpabilité ou sentiment d'abandon.**

Pour les plus jeunes, il peut s'agir d'expliquer que le parent est *"dans un lieu où il doit rester un certain temps pour réfléchir, se reconstruire, et qu'il pense toujours à eux"*.
Pour les adolescents, l'honnêteté et la possibilité d'en parler librement avec un adulte de confiance sont essentielles.

*(source : **L'enfant face à son parent incarcéré : quel maintien du lien ? par Marianne Blanchet**).*

Certaines associations, comme **Roqueclaire,** proposent également des espaces d'écoute pour les enfants, afin qu'ils puissent exprimer ce qu'ils ressentent avant ou après une visite au parloir.

Association Roqueclaire - 1 avenue du Parc 31120 ROQUES
www.roqueclaire.org

Les liens familiaux à l'épreuve de l'incarcération du parent

L'incarcération ne rompt pas le lien de filiation : les parents conservent leurs droits et devoirs parentaux, sauf décision contraire du juge. Le maintien du lien familial aide l'enfant à se sentir sécurisé, aimé, et soutenu, malgré la distance.

De **nombreuses études** menées par le Ministère de la Justice montrent que la **préservation de la relation parent-enfant** favorise la **stabilité émotionnelle des enfants** et contribue à la réinsertion du parent détenu. (*source : European Journal of Parental Imprisonment).*

Maintenir les liens à travers les barrières : le soutien à la relation enfant-parent en milieu carcéral

Les dispositifs de rencontres enfants-parents en détention

Dans les établissements pénitentiaires, plusieurs espaces sont parfois aménagés pour favoriser les rencontres familiales dans un cadre plus apaisé :

- **Les parloirs traditionnels**, où les visites se déroulent sous surveillance, souvent séparées par une table ;
- **Les espaces de rencontre parent-enfant**, pensés pour accueillir les plus jeunes dans un environnement moins impressionnant. La rencontre est sécurisée et encadrée par des intervenants qualifiés. Le juge aux affaires familiales peut ordonner un droit de visite dans ces lieux mais vous pouvez aussi contacter directement l'une des associations agréées en Haute-Garonne *(cf. contacts utiles).*
- Et **les parloirs familiaux**, qui permettent, lorsque c'est autorisé, des rencontres plus longues, dans un espace plus intime, favorisant les échanges et le maintien du lien affectif.

Au Centre de détention de Muret et à la Maison d'arrêt de Seysses, ces dispositifs peuvent être proposés selon la situation du détenu et la décision de l'administration pénitentiaire. Les agents du SPIP et les associations partenaires, comme Roqueclaire, peuvent vous informer sur les conditions d'accès et vous accompagner dans ces démarches.

Association Roqueclaire - 1 avenue du Parc 31120 ROQUES

www.roqueclaire.org

Informations *pratiques*



Contacter votre Caf

Par internet www.caf.fr
Pour accéder à votre dossier allocataire, faire des démarches en ligne…

Par téléphone 3230
service gratuit + prix appel

Rendez-vous
Vous pouvez prendre un RDVavec un conseiller, du lundi au vendredi
www.caf.fr
(Accueil Allocataires / Ma Caf / Contacter ma caf)

Votre Caf à Toulouse

> Toulouse-Riquet
24 rue Riquet (métro B / François-Verdier)
du lundi au vendredi :
8h30-12h et 13h-16h30

> Toulouse-Reynerie
15 place Abbal (métro A / Reynerie)
les lundis, mardis et jeudis :
8h30-12h et 13h-16h30

> Toulouse-Les Izards
1 place Micoulaud (métro B / Trois Cocus)
les lundis, mardis et jeudis :
8h30-12h et 13h-16h30

> Toulouse-Empalot
38 av. Jean Moulin (métro B / Empalot)
les lundis, mardis et jeudis :
8h30-12h et 13h-16h30

Votre Caf en Haute-Garonne

Ouverture au public
les lundis, mardis et jeudis :
8h30-12h et 13h-16h30

> Accueil Colomiers
7 Place Joseph Verseilles

> Accueil Muret
18 rue Joseph Gasc

> Accueil Saint-Alban
Place du 19 mars 1962

> Accueil Saint-Gaudens
39 boulevard Charles de Gaulle

Permanences de la MSA sur RDV

Tél. unique : **05 61 10 40 40**

caf·fr

Retrouvez toutes les adresses, les modalités d'accueil et les heures d'ouverture des accueils Caf, des France services et des permanences sur ***www.caf.fr***

Vos contacts utiles

Pôle social territorialisé
Tél. unique : **05 61 99 74 05**
pole-social-territorialise@caf31.caf.fr

Services d'aide à domicile
Conventionnés avec la Caf et à vocation départementale :

AMFPAD : 3 rue de Rennes - 31000 Toulouse
www.amfpad.fr/

Solidarité Familiale : 2 place José Soler-Puig - 31300 Toulouse
www.solidarite-familiale31.fr/

ADMR : Route de Toulouse - 31230 L'Isle-en-Dodon
www.fede31.admr.org/

CIDFF Haute-Garonne : Centre d'information sur les droits des femmes et des familles
95 Grande Rue Saint-Michel - 31400 Toulouse - 05 34 31 23 31
www.hautegaronne.cidff.info

Violences conjugales ou intrafamiliales
Association APIAF : 05 62 73 72 62
www.apiaf.fr

Association Olympe de Gouges : 07 56 41 25 74
www.association-olympe.fr/

France Victimes 31 : 05 62 30 09 82
www.francevictimes31.fr/

CIDFF Haute-Garonne : 05 34 31 23 31
www.hautegaronne.cidff.info

Du côté des femmes 31 : 05 34 63 16 74
www.ducotedesfemmes31.fr

Femmes de papier : 05 61 89 43 07
www.femmesdepapier.fr

L'enfant bleu - Enfance maltraitée : 05 61 53 21 10
www.enfantbleu.org/

Services de médiation familiale

L'Atelier Familial - Association Accueil et Famille :
353 route de Seysses - 31100 Toulouse - 05 62 48 59 59
www.accueiletfamille.org/

La Maison des Droits des Enfants et des Jeunes :
22-24 rue Monserby - 31500 Toulouse - 05 61 53 22 63
www.droitsetenfants.org/

Le Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles 31 (CIDFF31) :
95 Grande Rue Saint-Michel - 31400 Toulouse - 05 34 31 23 31
www.hautegaronne.cidff.info

L'École des Parents et des Éducateurs (EPE)
18 Avenue des Mazades - 31200 Toulouse - 05 61 52 22 52
www.ecoledesparents-federation.org/epe/epe-de-haute-garonne/

Ecoute moi grandir
29 ter rue de l'Indépendance 31800 Saint-Gaudens - 05 61 89 81 31
www.ecoutemoigrandir.wordpress.com/

Espaces de rencontres agréés enfants-parents en détention

Liens Parents Enfants de la Haute-Garonne (LPE31) :
38 avenue Jean Moulin - 31400 Toulouse - 06 26 70 57 30
(permanences à Toulouse, Blagnac et dans les centres pénitenciers de Seysses et Muret)
association.lpe31@gmail.com
www.lpe31.fr/

Ecoute moi grandir : 29 ter rue de l'Indépendance 31800 Saint-Gaudens - 05 61 95 15 43
emr@orange.fr
www.ecoutemoigrandir.wordpress.com/

L'Atelier Familial - Association Accueil et Famille :
353 route de Seysses - 31100 Toulouse - 05 62 48 59 59
(permanences à Toulouse, à Colomiers et à Saint-Jean)
www.accueiletfamille.org/
atelierfamilial@accueiletfamille.org

Le Passage - Espace Rencontre : 07 82 93 93 76
(permanences à Merville et à Verdun sur Garonne)
https://sites.google.com/view/associationlepassage/accueil
lepassage.er@gmail.com

Autres contacts

CPAM (Caisse primaire d'assurance maladie)
31093 Toulouse Cedex 9
Tél. : 3646
www.ameli.fr

Urssaf (Union de recouvrement des cotisations de sécurité sociale et d'allocations familiales)
rue Pierre et Marie Curie - 31 061 Toulouse Cedex 9 - 05 62 25 31 80
www.urssaf.fr

MSA Midi-Pyrénées Sud (Mutualité sociale agricole)
78 voie du TOEC - 31 064 Toulouse Cedex 9 - 05 61 10 40 40
www.mps.msa.fr

Conseil départemental de la Haute-Garonne
1, boulevard de la Marquette - 31 090 Toulouse Cedex 9 - 05 34 33 32 31
www.haute-garonne.fr

DREETS (Direction Régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités)
www.occitanie.dreets.gouv.fr

Udaf (Union départementale des associations familiales de la Haute-Garonne)
57 rue Bayard - BP 41 212 - 31 012 Toulouse Cedex 6 - 05 61 13 13 82
www.udaf31.fr

Service public
Tél. : 3939
www.service-public.fr

Informations sur les modes d'accueil
www.monenfant.fr
www.pajemploi.urssaf.fr
www.net.particulier.fr

Glossaire

Aripa
Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires

ASF
Allocation de soutien familial

Autorité parentale
Ensemble des droits et des devoirs que les parents ont envers leur enfant mineur pour protéger sa santé, assurer son éducation et veiller sur sa sécurité, toujours dans l'intérêt supérieur de l'enfant

AVS
Auxiliaire de vie sociale

AVVC
Aide d'urgence pour les victimes de violences conjugales

Conflit conjugal
Désaccord ou opposition entre deux personnes qui sont sur un pied d'égalité au sein d'un couple. Les partenaires peuvent exprimer leur point de vue, même si les échanges sont tendus.

CMG
Complément de libre choix de mode de garde

Concubinage
Union de fait caractérisée par une vie commune stable et continue entre deux personnes vivant en couple.

Créancier
Personne qui reçoit une somme d'argent, comme la pension alimentaire.

Débiteur
Personne qui verse une somme d'argent, comme la pension alimentaire.

Espaces de rencontre
Lieu neutre, gratuit, pour maintenir ou renouer le lien entre un enfant et son parent.

Espaces écoute parents
Lieux gratuits d'accueil, d'écoute et de soutien à destination des familles.

Intermédiation financière
Service gratuit qui permet à l'Aripa de devenir votre interlocuteur privilégié pour le versement de la pension alimentaire.

Médiation familiale
Temps d'écoute, d'échanges et de négociation qui vous permet d'aborder les problèmes liés à un conflit familial, avec un professionnel impartial et sans pouvoir de décision, le médiateur familial.

MSA
Mutualité sociale agricole

Ordonnance de protection
Mesure judiciaire d'urgence destinée à assurer la sécurité des victimes et de leurs enfants.

Pension alimentaire
Contribution versée par l'un des parents à l'autre parent pour l'aider à assumer les frais liés à l'entretien et à l'éducation des enfants.

PreParE
Prestation partagée d'éducation de l'enfant

Recouvrement
Action de récupérer une somme d'argent due, le plus souvent par une démarche amiable ou judiciaire.

Résidence alternée
Organisation de l'hébergement d'un enfant mineur où il passe un temps équitable et régulier au domicile de chacun de ses parents en cas de séparation.

RSA
Revenu de solidarité active

TISF
Technicien de l'intervention sociale et familiale

Titre exécutoire
Document officiel délivré par l'Aripa qui fixe le montant de la pension alimentaire lorsque les parents sont d'accord mais ne disposent pas d'une décision de justice. Il a la même valeur qu'un jugement pour permettre le paiement de la pension et, en cas d'impayés, son recouvrement.

Travailleur social
Interlocuteur de proximité qui accompagne les allocataires confrontés à des difficultés liées à la vie familiale, au logement, à une séparation ou à un deuil.

Violence conjugale
Situation dans laquelle une personne exerce un pouvoir ou un contrôle sur son partenaire par des violences physiques, psychologiques, verbales, sexuelles, économiques ou administratives. Il existe alors un rapport de domination et de peur.

Conception et rédaction Communication Caf de la Haute-Garonne - Édition SEPTEMBRE 2026
Crédits Photos : AdobeStock©Sek_gt-COUV, Bongkarn, Jacob Lund Photography, Lordn, Olyphotostories, TaltaMdlungu, BullRun
Impression Caf de la Haute-Garonne IMPRIM'VERT®

24 rue Riquet
31046 TOULOUSE Cedex 9

3230 Service gratuit + prix appel

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de la Haute-Garonne

caf.fr

la sécurité sociale