



ALLOCATIONS
FAMILIALES

Caf
du Lot-et-
Garonne



Oui!

Guide des
aides
et
dispositifs
Caf
pour les
jeunes
de 16 à 25
ans.

LA CAF, LE COUP DE POUCE POUR TES PREMIÈRES FOIS



Suis nous !!

Ta Caf est
sur Insta !



TU AS UNE QUESTION ?



CONTACTE-NOUS :



Espace «MonCompte»
sur www.caf.fr



Appli mobile
«Caf - MonCompte »



Accueil sur rendez-vous
en Caf ou par téléphone



Téléphone au 3230



SOMMAIRE



QUI SOMMES- NOUS ?

LES AIDES FINANCIÈRES POUR T'AIDER AU QUOTIDIEN.

Aide au
logement (APL) 06

Prime d'activité 07

Revenu de
solidarité (RSA)
jeune 08

Aide au Bafa 09

LES STRUCTURES ET DISPOSITIFS QUI T'ÉCOUTENT ET T'ACCOMPAGNENT.

Foyers jeunes
travailleurs (FJT) 10

Points d'accueil
écoute jeunes
(PAEJ) 11

Centres sociaux 12

Soutien aux
projets jeunes et
concours
Innov' Jeunes 13

Logement 14

Ca peut être utile 15/16



vas-y!

QUI SOMMES-NOUS ?

Retraite

Maladie

Accident du travail ou maladie professionnelle

Famille

Recouvrement

Autonomie

1946

Date de
création
des Caf.



101
Caf

Notre réseau est présent sur l'ensemble du territoire métropolitain et dans les départements d'outre-mer pour être au plus proche de vos besoins.

2025

en 41



Nombre
d'allocataires

59 143



Total des
prestations versées

453.5 M €



Total des dépenses
en Action sociale

34.7 M €



**NOTRE RÔLE
EST D'ASSURER
LA GESTION
ET LE
VERSEMENT
D'AIDES EN
FONCTION DE
LA SITUATION
DE CHACUN.**



QUI AIDONS NOUS ?

Les familles
(parents isolés,
couples avec
enfants, familles
nombreuses...)

**Les personnes
en précarité
sociale**

**Les personnes en
situation de
handicap**

**Les personnes âgées
ou en perte
d'autonomie**

**Les
jeunes**



(étudiants, jeunes
actifs, jeunes en
situation de
précarité)

1 JEUNE SUR 2

**ne bénéficie pas
de toutes les aides
auxquelles il a droit.**

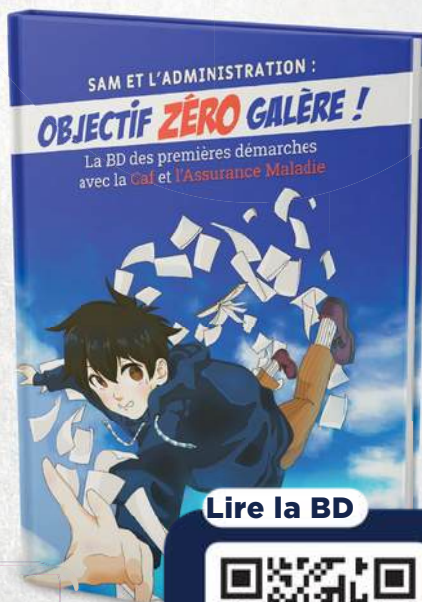
!?

OBJECTIF ZÉRO GALÈRE

Perdu dans tes démarches ?

À travers l'histoire de Sam, la BD

« Objectif zéro galère » te présente des situations de la vie quotidienne et t'aide à découvrir des aides et des prestations auxquelles tu n'aurais peut-être pas pensé.



Lire la BD



P.

05

BESOIN D'UN COUP DE POUCE POUR PAYER TON LOYER ?

Si tu es étudiant ou jeune actif et que tu paies un loyer, tu peux demander une aide au logement auprès de la Caf.

Cette aide peut vraiment faire baisser ton loyer.

• **LES APL**

QUELLES CONDITIONS POUR EN BÉNÉFICIER ?

- Tu dois payer un loyer.
- Tu dois avoir des ressources faibles.
- Tu ne peux pas être lié au propriétaire (ni parent, ni grand-parent).
- Le logement doit être décent et respecter les normes de confort et de santé.

COMMENT EST CALCULÉ

LE MONTANT ?

Il dépend de :

- La composition de ton foyer (seul, en couple, avec enfants...)
- Les caractéristiques du logement (loyer, type)
- Tes ressources

Important :

- Tu peux avoir une aide même si tu vis en résidence universitaire ou en colocation.
- Si tu es en couple avec ton/ta coloc, précise-le pour éviter les erreurs.
- Si tu fais tes études à l'étranger, tu ne peux pas demander cette aide.
- Tu peux demander que l'aide soit versée directement au propriétaire.

LE TIPS EN +

Attention, ton appartement doit faire au moins :

- 9 m² pour 1 personne seule
- 16 m² pour 2 personnes
- + 9 m² par personne supplémentaire
- ou 70 m² max pour le foyer

ASTUCE ✨

Tu t'apprêtes à prendre ton premier appart ?

Lance une simulation : ça te permet de savoir combien tu pourrais toucher et d'adapter ton choix de logement.

caf.fr

Pour+d'infos et faire ta demande :



TU VEUX COMPLÉTER TES REVENUS ?

Si tu as entre 18 et 25 ans et que tu travailles (salarié, apprenti, étudiant salarié), tu peux demander la prime d'activité auprès de la Caf. Cette aide est versée chaque mois et recalculée tous les trois mois pour s'adapter à ta situation.

LA PRIME D'ACTIVITÉ

QUELLES CONDITIONS POUR EN BÉNÉFICIER ?

- Tu dois avoir au moins 18 ans.
- Tu dois travailler depuis au moins 3 mois.
- Tu dois habiter en France au moins 9 mois dans l'année.
- Tu dois avoir une activité professionnelle.
- Ton salaire mensuel net doit dépasser 1 117,26 € si tu es étudiant ou apprenti.

COMMENT EST CALCULÉ LE MONTANT ?

Il dépend de :

- La composition de ton foyer (seul, en couple, avec enfants...)
- L'ensemble des ressources du foyer (salaires, indemnités, pensions...)
- La prime d'activité est identique pendant trois mois, puis recalculée en fonction de tes ressources et de tout changement de situation.

Important :

- Tu ne peux pas en bénéficier si tu es étudiant sans activité ou stagiaire non rémunéré.
- Si tu bénéficies déjà d'une aide au logement, cela est pris en compte dans le calcul.
- Tu peux en bénéficier même si tu vis chez tes parents. Coche la case « je vis seul » dans la simulation ou la demande.

ASTUCE

Tu veux savoir combien tu peux toucher ?
Fais une simulation : Ça te permettra de savoir si tu y as droit et quel montant tu pourrais percevoir.

caf.fr

Pour + d'infos et faire ta demande :



DES REVENUS TROP BAS POUR VIVRE CORRECTEMENT ?

Si tu as entre 18 et 25 ans, sans enfant à charge, tu peux bénéficier du RSA Jeune actif sous certaines conditions. Cette aide te garantit un revenu minimum si tes ressources sont faibles.

LE RSA *jeune*



QUELLES CONDITIONS POUR EN BÉNÉFICIER ?

- Tu dois avoir entre 18 et 25 ans.
- Tu dois habiter en France au moins 9 mois dans l'année.
- Tu dois avoir exercé une activité professionnelle à temps plein pendant au moins 2 ans sur les 3 dernières années.
- Tes ressources mensuelles ne doivent pas dépasser les plafonds en vigueur.
- Avant de demander le RSA, tu dois avoir fait valoir tes droits à toutes les autres prestations sociales (chômage).
- Être français ou citoyen de l'Espace économique européen ou Suisse ou avoir un titre de séjour en cours de validité depuis 5 ans minimum.

QUEL MONTANT ?

Il dépend de :

- De la composition de ton foyer (seul, en couple...)
- De tes autres ressources (revenus d'activité, indemnités, pensions...)
- Du forfait logement (si tu bénéficies d'une aide au logement, ton RSA est réduit).

Important :

- Si tu es enceinte ou si tu as un enfant, tu peux bénéficier du RSA même si tu n'as pas eu d'activité professionnelle.
- Si tes revenus baissent d'un coup (par exemple après un licenciement ou une maladie), la Caf peut recalculer ton aide en ne tenant pas compte de certaines ressources.
- En tant que bénéficiaire du RSA, tu as droit à la Complémentaire santé solidaire (CSS) gratuite.
- Toute demande de RSA entraîne ton inscription à France Travail et un accompagnement personnalisé pour t'aider à trouver un emploi ou créer ton activité.

caf.fr

Pour d'infos et faire ta demande :



ENVIE DE DEVENIR ANIMATEUR ?

Le Bafa (brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur) te permet d'encadrer des enfants et des ados en centres de loisirs ou en colonies de vacances.

Pour obtenir ce diplôme, tu dois suivre une formation en 3 étapes, dont une partie peut être financée par la Caf.

Le Bafa est valable à vie, sauf la qualification « surveillance des baignades » qui doit être renouvelée tous les 5 ans.

L'AIDE BAFA

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

- Toute personne âgée de 16 ans minimum (le jour où commence la formation générale).
- L'inscription administrative est possible 3 mois avant tes 16 ans.

COMMENT SE DÉROULE LA FORMATION ?

Tu as **30 mois maximum** pour réaliser ces 3 étapes :

Formation générale : 8 jours minimum pour apprendre les bases de l'animation.

Stage pratique : 14 jours minimum en centre de loisirs ou séjour de vacances pour mettre en pratique.

Formation d'approfondissement ou de qualification : 6 jours minimum.

QUEL MONTANT ?

• Une aide nationale universelle de 200 € est versée par la Caf, sans condition de ressources, ni d'âge, à la fin de ton cursus.

En 47



Tu peux bénéficier d'une aide locale supplémentaire sous conditions de ressources.

Renseigne toi auprès de ta Caf ou scanne le QR code en bas à droite de cette page.

ASTUCE

Tu peux suivre cette formation en parallèle de tes études. Une fois ton Bafa en poche, tu pourras décrocher facilement un job étudiant en centres de loisirs ou en colo. C'est une super opportunité pour gagner de l'expérience et arrondir tes fins de mois !

caf.fr

Pour+d'infos et faire ta demande :



TU VEUX TROUVER UN LOGEMENT ABORDABLE ?

PENSE au **FJT**



Les foyers de jeunes travailleurs (FJT) sont des résidences qui offrent un hébergement temporaire à prix réduit, avec des services d'accompagnement et d'animation. C'est une solution idéale si tu démarres dans la vie active ou si tu es en formation.

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Les jeunes de 16 à 25 ans :

- En formation
- En emploi
- En recherche d'emploi

Certains foyers acceptent aussi les étudiants, sous conditions.

QUEL MONTANT ?

Les loyers sont modérés et peuvent être réduits grâce aux aides au logement (APL). Certaines collectivités proposent aussi des aides

QUELLES CONDITIONS ?

Pas besoin de garant dans la plupart des FJT.

Il suffit :

- D'avoir un projet professionnel ou de formation.
- De respecter les critères d'âge et de ressources du foyer choisi.
- Un dépôt de garantie peut être exigé lors de la signature du contrat.

spécifiques selon ta situation.

En 47



3 FJT en Lot-et-Garonne (2 à Agen et 1 à Villeneuve-sur-Lot).
+ d'infos sur Caf.fr :



caf.fr

Pour+d'infos et faire ta demande :



ASTUCE

Choisir un FJT, c'est pratique si tu veux te rapprocher de ton lieu d'études ou de travail sans te ruiner. En plus, tu peux bénéficier d'un accompagnement pour faciliter ton insertion professionnelle et sociale.

TU RENCONTRES DES DIFFICULTÉS ET TU SOUHAITES ÊTRE ÉCOUTÉ ET ACCOMPAGNÉ ?

**LES PAEJ
SONT LÀ POUR TOI**



Les points d'accueil écoute jeunes (PAEJ) sont des lieux où des professionnels (éducateurs, psychologues, médiateurs) t'accueillent pour t'écouter sans te juger, te conseiller et t'orienter si besoin. C'est gratuit et confidentiel.

Parler à quelqu'un peut vraiment aider à y voir plus clair. Si nécessaire, ils peuvent aussi t'orienter vers des dispositifs adaptés à ta situation.

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Les jeunes jusqu'à 25 ans qui rencontrent des difficultés :

- Mal-être
- Problèmes scolaires ou professionnels
- Conflits familiaux
- Ou toute autre situation compliquée

QUEL COÛT ?

Aucun : c'est gratuit, anonyme et confidentiel. C'est financé par la Caf et tu n'as rien à payer.

QUELLES CONDITIONS ?

Aucune condition particulière :

- Pas besoin de justificatif.
- Aucune condition particulière : vérifie simplement les horaires d'ouverture du PAEJ près de chez toi.

En 47



Maison des adolescents
17 bd Sylvain Dumon
47000 Agen
05 53 48 77 49
06 72 48 46 49

caf.fr

La carte de tous
les PAEJ :



ENVIE D'UN LIEU POUR T'EXPRIMER ET T'ENGAGER ?

DÉCOUVRE LES CENTRES SOCIAUX

Les centres sociaux ou les espaces de vie sociale sont des espaces ouverts à tous, où tu peux participer à des activités, monter des projets et rencontrer d'autres jeunes. Des professionnels sont là pour t'accompagner, te soutenir et t'aider à avancer.

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Les jeunes qui cherchent :

- Un endroit pour s'exprimer
- S'engager dans des projets
- Trouver des solutions face à des soucis (personnels, scolaires, professionnels...)
- Pratiquer des activités sportives et culturelles avec d'autres jeunes.

QUEL COÛT ?

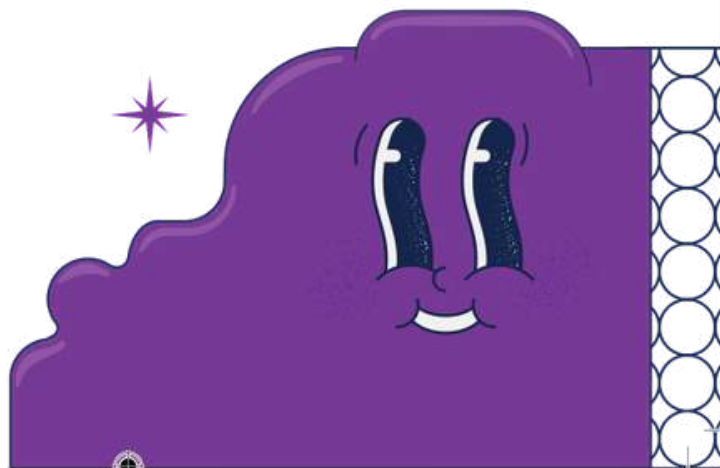
Aucun : l'accès est gratuit.

Certaines activités peuvent être payantes, mais beaucoup sont proposées sans frais.

QUELLES CONDITIONS ?

Aucune condition particulière : renseigne-toi simplement sur les horaires et les activités proposées par le centre social près de chez toi.

En 47



ENVIE DE CONCRÉTISER TON IDÉE ?

Lance ton projet
avec le soutien aux
projets jeunes et le concours

INNOV *jeunes*

Les Caf soutiennent les initiatives des jeunes avec deux dispositifs :

- Un financement pour réaliser des projets.
- Un concours, Innov'Jeunes, qui récompense les projets les plus innovants.

En encourageant des projets dans différents domaines, ces dispositifs visent à favoriser l'autonomie et l'épanouissement des jeunes.

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Les jeunes jusqu'à 25 ans qui
souhaitent réaliser un projet
dans les domaines :

- Citoyenneté
- Solidarité
- Culture
- Loisirs
- Sport
- Numérique

QUEL MONTANT ?

Financement jusqu'à 80 % du coût
du projet, dans la limite de 5 000 €.

QUELLES CONDITIONS ?

• Le projet doit être porté par un groupe
de jeunes.

• Le groupe doit être accompagné par
un professionnel (animateur,
éducateur, entraîneur...), par exemple
dans un centre social.

IMPORTANT

Tu peux obtenir le financement sans participer au concours.

Le concours national Innov'Jeunes est une étape supplémentaire : si ton projet est financé et qu'il se démarque par son originalité, il pourra être sélectionné pour le concours et recevoir un trophée national ainsi qu'une récompense.

POUR EN SAVOIR PLUS ET DÉPOSER PROJET :

Le mieux, c'est que tu te rendes dans un centre social, une MJC ou le service jeunesse de ta mairie. Tu peux aussi te rapprocher d'une association locale : elle pourra t'accompagner pour monter ton projet et t'aider dans les démarches.



LOGEMENT

GARANTIE VISALE

Un garant gratuit pour ton logement.

Trouver un logement sans garant, c'est possible ! Visale couvre ton loyer et rassure ton propriétaire.

Plus d'info



AIDE MOBILITE-JEUNE

Aide au loyer pour les alternants.

Tu es en alternance ? Cette aide peut réduire ton loyer jusqu'à 100 € par mois.

Plus d'info



SANTÉ & BIEN-ÊTRE

ASSOCIATION E-ENFANCE

Lutte contre le cyberharcèlement.

Tu n'es pas seul face au cyberharcèlement. Télécharge l'appli **3018** ou appelle le numéro vert pour signaler et faire supprimer des contenus nuisibles.

Plus d'info



SANTÉ PSY ÉTUDIANT

Consultations gratuites.

Ta santé mentale compte ! Profite de séances gratuites avec un psychologue. Pour en savoir plus :

Plus d'info



EMPLOI & ENGAGEMENT

ASSOCIATION TROUVE TA VOIX

Développe ta prise de parole.

Exprime-toi avec confiance ! L'association t'aide à révéler ton potentiel et à préparer ton insertion pro.

Plus d'info



SERVICE CIVIQUE

Engage-toi dans une mission.

De 16 à 25 ans, sans diplôme, tu peux t'engager dans une mission d'intérêt général rémunérée.

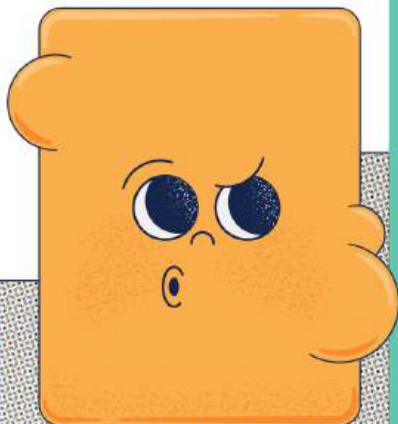
Plus d'info



ÇA PEUT ÊTRE UTILE



Besoin d'un coup de pouce, d'un conseil ou d'une aide pour avancer ? Voici des dispositifs et associations qui peuvent t'aider dans ta vie quotidienne, tes projets ou tes démarches.



MISSION LOCALE

Accompagnement vers l'emploi.

Besoin d'aide pour ton projet pro ? La Mission locale t'accompagne.

Plus d'info



FINANCEMENT & AIDES

SIMULATEUR 1 JEUNE 1 SOLUTION

Découvre en 5 minutes toutes les aides auxquelles tu as droit.

Plus d'info



PASS CULTURE

300 € pour la culture.

À 18 ans, profite de 300 € pour concerts, livres, expos...

Plus d'info



PRÊT PERMIS À 1 € PAR JOUR

Un prêt à taux zéro pour financer ton permis, remboursable à 1 € par jour.

Plus d'info



AIDE DÉPART 18-25

Aide pour voyager.

Jusqu'à 250 € pour financer ton séjour en France ou en Europe.

Plus d'info



TES SOLUTIONS EN UN CLIC

La vie adulte, ça commence souvent par des **« premières fois »** pas toujours simples.

Études, emploi, logement, démarches... pas toujours facile de s'y retrouver.

La Caf est là pour t'aider à mieux comprendre

les aides qui te concernent et te guider pour les demander.



@cafjeunes



Des vidéos pour y voir plus clair.

Explications sur les aides, tutoriels pour tes démarches, reportages, témoignages ... Les infos Caf, c'est aussi sur YouTube.



Site internet
caf.fr/16-25

Cette page te permet d'accéder rapidement aux aides et services qui te concernent.

Logement, études, emploi, droits : tu y trouveras des réponses adaptées à tes questions et des liens pour accéder directement aux demandes d'aides et aux simulations.



Besoin d'un coup de pouce pour comprendre tes droits et tes démarches ?

Le compte @cafjeunes t'apporte des infos claires et pratiques sur les aides disponibles. Abonne-toi pour ne rien manquer !

