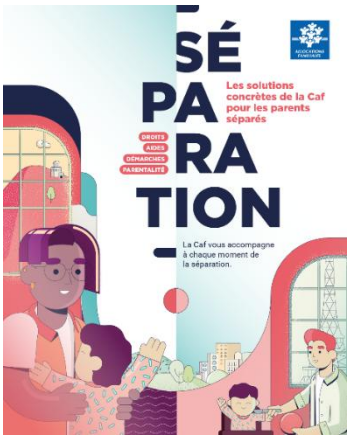
COMMUNIQUE DE PRESSE

Paris, le 10 novembre 2026

Séparation : un guide de la Caf pour connaître ses droits et réorganiser son quotidien



Chaque année en France, 425 000 couples, mariés ou non, se séparent et 379 000 enfants mineurs sont concernés. Logement, budget, pension alimentaire, soutien scolaire : au-delà de la rupture, c'est tout un quotidien à réorganiser.

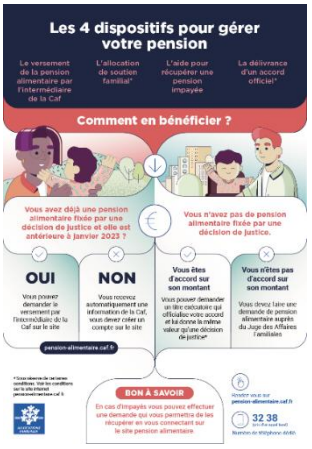
Quelles démarches engager ? Quelles aides demander ? Pour aider les parents à trouver leurs repères, la Caf, premier service public pour les parents séparés, publie un nouveau guide pratique, conçu avec des parents qui ont connu cette situation. Disponible dans les Caf et sur caf.fr, il rassemble les droits à connaître, les services à mobiliser et les premières démarches à effectuer.

« Comment la Caf peut-elle m'aider à changer de logement ? Comment exercer mon rôle de parent et échanger avec l'autre parent ? Comment fixer la pension alimentaire et m'assurer de son versement chaque mois ? Comment accompagner mon enfant et réorganiser notre quotidien ? Ai-je droit à une aide si ma pension alimentaire n'est pas suffisante ? » Face à ces questions, les parents peuvent s'appuyer sur la Caf, qu'ils soient mariés, pacsés ou en union libre. Elle les aide à comprendre leurs droits, à engager leurs démarches et à anticiper les conséquences de la séparation.

La Caf verse l'allocation de soutien familial à 925 500 familles, soit plus d'1,4 million enfants

Co-construit avec des parents ayant vécu une séparation, ce guide part de leurs questions et de leurs besoins pour apporter des repères concrets, ancrés dans leur quotidien. En six axes, il présente les premières démarches, propose un budget prévisionnel pour anticiper les conséquences financières de la séparation et détaille les solutions de la Caf et de ses partenaires. Il bénéficie également de l'expertise juridique de la **Fédération nationale des Centres d'information sur les droits des femmes et des familles**.

700 000 parents séparés bénéficient de l'accompagnement du service public des pensions alimentaires de la Caf



Après la séparation, la Caf fait aussi le lien entre les parents pour sécuriser la pension alimentaire. Elle propose quatre services gratuits, accessibles selon leur situation aux parents allocataires ou non, qu'ils versent ou reçoivent la pension :

- Fixer la pension sans juge ni avocat. Pour les parents qui n'ont jamais été mariés et s'accordent sur le montant de la pension et la résidence de l'enfant, la Caf délivre gratuitement un document officiel. Pour la pension alimentaire, il a la même valeur qu'une décision de justice.

- Faire le lien pour le versement de la pension. Chaque mois, le parent qui doit la pension la verse à la Caf, qui la transmet à l'autre parent grâce à l'intermédiation financière. Depuis le 1er janvier 2023, ce service est proposé automatiquement pour toute pension fixée par la justice

- Récupérer les pensions impayées dès le premier mois. Le parent signale l'impayé à la Caf, qui engage les démarches et lui reverse les sommes récupérées, y compris pour les mois passés. En 2024, près de 300 millions d'euros ont ainsi été récupérés et reversés à 140 000 parents.

- Compenser l'absence de pension ou compléter une pension trop faible. Le parent qui élève seul son ou ses enfants peut recevoir chaque mois, sans condition de ressources, l'allocation de soutien familial, d'un montant de 200,78 € par enfant à charge et 267,63 € par enfant recueilli.

Consulter le Guide

Plus d'informations sur caf.fr : *Pension alimentaire : et après ? La Caf fait le lien*

Et sur pension-alimentaire.caf.fr

Contacts Presse
Virginie RAULT - 07 78 95 49 90
Julien PRADINES - 06 15 95 78 79
presse@cnaf.fr
Suivez notre actualité sur @cnaf_actus

La Cnaf et les 101 Caf, à chaque étape de la vie
Les 101 Caf accompagnent les enfants, les jeunes et les familles et contribuent à la cohésion sociale par le versement des prestations de solidarité et des aides au logement. Chaque mois, elles conseillent et soutiennent ainsi 13,6 millions d'allocataires représentant 32 millions de bénéficiaires, soit près d'1 habitant sur 2. Aux côtés des élus et acteurs de terrain, elles contribuent également à développer des équipements pour toutes les familles et à réduire les inégalités territoriales.