

by



JE ME SÉPARE : QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n° **29**
JUN 2025

Une séparation peut avoir des répercussions sur tous les domaines de la vie quotidienne : que ce soit au niveau de la vie familiale, mais aussi au niveau du budget, du logement et/ou dans son organisation en général. Cet article a pour objectif de vous guider dans cette période de changement avec les démarches à entreprendre.

BON À SAVOIR

Votre séparation avec l'autre parent est sans incidence sur l'exercice de l'autorité parentale. Vous avez ainsi les mêmes droits, les mêmes obligations, et donc droits aux mêmes informations à l'égard de votre enfant (ex : vis à vis de l'école).

Une séparation : quel(s) changement(s) dans l'organisation quotidienne ?

Une séparation, qu'elle soit choisie ou subie, peut venir impacter psychologiquement chacun des membres du foyer, tant vous-même que les enfants. Une période d'adaptation peut alors être nécessaire pour trouver des nouveaux repères dans son quotidien. De nombreuses questions peuvent alors se poser :

VIS-À-VIS DES ENFANTS

- ▶ Un changement de lieu de résidence ?
- ▶ Quel droit de visite et d'hébergement pour chacun des parents ?
- ▶ Qui exerce l'autorité parentale ?
- ▶ Un éventuel changement d'école ?
- ▶ ...

DOCUMENT
CONÇU POUR ÊTRE
ACCESSIBLE
AU PLUS GRAND
NOMBRE



JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025



BON À SAVOIR

La CAF conseille, oriente et aide toutes les personnes confrontées à une séparation, qu'elles soient allocataires ou non, avec ou sans enfant, sur l'ensemble du territoire. Pour en parler, vous pouvez aussi vous rapprocher d'associations, telle que l'École des Parents présents dans certains départements. Plus d'informations : www.ecoledesparents.org

VIS-À-VIS DU TRAVAIL

- ▶ Changement d'horaires ?
- ▶ Changement de temps de travail ?
- ▶ ...

VIS-À-VIS DU LOGEMENT, LES POINTS À DÉFINIR

- ▶ A qui appartient le logement familial ?
- ▶ Qui l'occupe jusqu'à la séparation officielle ?
- ▶ Faut-il le vendre ?
- ▶ Si je suis locataire, informe-t-on le propriétaire ?
- ▶ ...

VIS-À-VIS DES LOISIRS, QUEL(S) IMPACT(S) SUR

Ceux des enfants ? Les miens ? Les vacances ?

Bon à savoir : dans le cadre de l'autorité parentale partagée, si vous partez en week-end ou en vacances à l'étranger avec votre enfant, vous avez l'obligation d'informer l'autre parent où se trouve votre enfant mineur.

VIS-À-VIS DE LA GESTION DU QUOTIDIEN

Comment je m'organise dans ce que je fais à présent seul(e) : courses, ménages, transport des enfants à leur activité... ? Trouvez des personnes « ressources » dans votre entourage pour vous aider à traverser ce changement. Vous pouvez aussi vous appuyer sur des personnes relais pour vous soulager dans les tâches du quotidien.

JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025



Une séparation : quelles démarches à penser ?

VOUS ÊTES LOCATAIRE DE VOTRE LOGEMENT ET L'UN DES ÉPOUX/CONCUBINS/ PARTENAIRES DE PACS RESTE DANS LE LOGEMENT FAMILIAL

- ▶ **Si vous êtes mariés ou Pacsé :** qu'il soit ou non co-titulaire du bail, le conjoint qui donne congé reste solidairement tenu au paiement du loyer et des charges jusqu'à la transcription du jugement prononçant le divorce en marge de l'état civil ou la dissolution du Pacs.
- ▶ **Si vous êtes en union libre et que le bail contient une clause de solidarité :** modifier le bail. En effet donner congé au propriétaire n'est pas suffisant. Sans modification de bail, l'ex-concubin reste solidaire du paiement du loyer et des charges pendant 6 mois après la fin de son préavis (sauf en cas de violence conjugale).

VOUS CHANGEZ DE LOGEMENT

- ▶ **Définir où habiter :** choisir le lieu d'habitation en fonction des répercussions sur les enfants (écoles), l'entourage, l'organisation de la vie quotidienne actuelle, le travail et le budget.

En effet, si vous avez des enfants, vous aurez à trouver un nouveau logement permettant de les accueillir, et peut-être avec l'envie de garder le même type de logement pour compenser la séparation. Toutefois, évaluez l'impact budgétaire car à présent vous aurez un seul salaire pour financer l'ensemble des dépenses.

BON À SAVOIR

Si vous faites une demande de logement social, des logements peuvent être réservés en priorité pour les demandes émanant des salariés du privé dont l'entreprise cotise à Action Logement. Action Logement propose aussi des logements privés. Renseignez-vous auprès du service des Ressources Humaines.

JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025



BON À SAVOIR

en tant que salarié du secteur privé, Action Logement peut vous proposer un prêt à taux zéro pour financer votre dépôt de garantie lors de l'entrée dans les lieux, voire se porter garant. Pour en savoir plus : www.actionlogement.fr

Pour financer l'entrée dans le nouveau logement et les frais d'installation

- ▶ Évaluer ses droits aux **aides au logement** auprès de la Caisse d'Allocations Familiales (CAF) : APL, ALS...
- ▶ Étudier **les possibilités de prêts** : prêt CAF, prêt par ACTION LOGEMENT, prêt ou aide financière au sein de l'entreprise, banque, micro-crédit...
- ▶ Prévoir **les frais d'entrée dans les lieux** : dépôt de garantie, frais d'agence, frais d'ouverture de compteurs (gaz, électricité, eau) d'environ 80 €, ouverture d'une ligne téléphonique, frais de réexpédition du courrier, déménagement (location véhicule et/ou matériel, transport...)

Faites le point sur vos contrats communs

Crédits, assurances (habitation, voiture...), mutuelle, fournisseurs énergie, téléphonie, autres abonnements..., mais aussi assurance vie, assurance décès, capital décès de l'entreprise...

- ▶ À quel nom doivent être ces contrats à présent ?
- ▶ Un changement d'adresse à faire ?

En cas de détention de cartes de crédit aux deux noms sans aucun crédit en cours : rompre les contrats par lettre recommandée avec avis de réception.

Pour les crédits en cours : Même si vous n'étiez pas co-emprunteur, les personnes mariées ou qui ont conclu un PACS sont tenues solidaires des prêts et dettes contractés par l'une d'elles durant la vie commune pour les besoins de la vie courante et les dépenses relatives au logement commun.

PETIT PLUS DE LA C.E.S.F

Les **frais d'équipement du nouveau logement peuvent vite représenter un gros budget** entre embellissement, mobilier, électroménager, décoration... Privilégiez dans un premier temps ce qui est indispensable, puis ensuite achetez au fur et à mesure des possibilités financières et des bonnes occasions qui se présentent : soldes, seconde main, magasins discount (électro dépôt, Darty, MDA...).

JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025



À la banque

Faites le point sur l'ensemble de vos comptes. Effectuez une **demande expresse de « désolidarisation » du compte-joint** : toutes les opérations doivent alors être effectuées avec votre accord à tous les 2.

En cas de désaccord, un seul des co-titulaires peut demander une dénonciation.

Le compte ne peut être clos que lorsque le solde sera ramené à zéro.

La signature des titulaires du compte est impérative.

Pensez à dénoncer la procuration et à informer de votre nouvelle adresse.

La Mairie

S'inscrire sur les listes électorales si vous avez déménagé.

Le centre des impôts

La séparation aura une incidence sur votre déclaration, sur votre quotient familial pris en compte pour le calcul de l'impôt et le prélèvement à la source. Vous devez signaler la séparation dans les 60 jours.

L'école de vos enfants

Informer de la nouvelle situation familiale, de leur nouvelle adresse.

Votre employeur

Si vous bénéficiez d'avantages liés à votre statut familial.

La carte grise du véhicule

Faire modifier le certificat d'immatriculation si celui-ci porte vos 2 noms, et/ou votre adresse si vous avez déménagé

Pour les démarches juridiques liées à la séparation : en fonction de votre régime matrimoniale, de la présence ou non d'enfants, de vos questions, vous pouvez vous renseigner

Faire modifier le certificat d'immatriculation si celui-ci porte vos 2 noms, et/ou votre adresse si vous avez déménagé

- ▶ À la Maison du Droit
- ▶ Au Centre d'Information des Droits et des Familles
- ▶ Association de défense des droits des pères divorcés (FMCP) : www.fmcp.org
- ▶ La fédération Nationale de la Médiation Familiale : www.fenamed.asso.fr
- ▶ Également, pour trouver de l'information en tant que parents : www.monenfant.fr

JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025

I Une séparation : quel nouveau budget ?

Définir votre nouveau budget : en effet, si à présent vous vivez seul avec ou sans enfant, vous devrez assurer les charges de logement avec vos seules ressources. Par conséquent, les ressources disponibles pour le quotidien peuvent être beaucoup plus faibles nécessitant un changement au niveau de ses habitudes de vie.

DE NOUVEAUX FRAIS ?

- ▶ **Frais de garde** : vérifiez les possibilités de CESU garde d'enfant ou aides employeurs. Informez la crèche, le périscolaire de votre changement de situation pour définir le nouveau coût horaire.
- ▶ **Frais de cantine** : informez l'établissement scolaire ou la mairie pour définir le nouveau prix du repas
- ▶ Ou **versement d'une pension alimentaire** au parent chez qui les enfants résident
- ▶ **Frais de transport** en fonction de son nouveau lieu de vie ou/et celui des enfants
- ▶ ...



JE ME SÉPARE :

QUELLES RÉPERCUSSIONS SUR L'ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE ?

n°29 | JUIN 2025

BON À SAVOIR

la CAF propose aussi un service d'intermédiation financière pour le versement de la pension alimentaire dès la demande d'un parent ; et de recouvrement des impayés.

BON À SAVOIR

Suivant vos ressources, vous pouvez bénéficier de l'aide juridictionnelle pour pallier totalement ou partiellement aux frais d'avocat.

DE NOUVELLES RESSOURCES ?

- ▶ **Une pension alimentaire en faveur des enfants** : la séparation implique le versement d'une pension alimentaire pour l'enfant mineur ou l'enfant majeur à la charge de ses parents.
- ▶ **L'allocation de soutien familial (ASF)** : vous pouvez en bénéficier si vous vivez seule avec votre ou vos enfants de moins de 20 ans, et que :
 - des démarches sont en cours pour fixer le montant de la pension alimentaire,
 - ou son montant est inférieur à 187,24 € (montant du 01/04/2024 au 31/03/2025),
 - ou que vous ne recevez pas la pension alimentaire fixée ou seulement en partie.
- ▶ **Une prestation compensatoire** : elle peut être versée par l'un des ex-époux à l'autre, quel que soit le cas de divorce ou la répartition des torts. Elle est destinée à compenser la différence de niveau de vie liée à la rupture du mariage. La prestation compensatoire a un caractère forfaitaire. Elle peut être versée sous la forme d'un capital ou, à titre exceptionnel, d'une rente viagère.
- ▶ **Les allocations familiales** : elles sont perçues par le parent chez qui la résidence des enfants est fixée. En cas de garde alternée, vous pouvez choisir de les partager.
- ▶ **L'allocation logement** : vos droits et son montant dépendent de la composition de la famille, de ses ressources, le montant du loyer et la zone géographique.
- ▶ **La prime d'activité,**
- ▶ ...

Sources : www.service-public.fr, www.lesclesdelabanque.com, www.caf.fr
Réalisation décembre 2024

En cas de difficulté les équipes de l'**Action sociale KLESIA** peuvent vous aider !

Pour toute information, contactez-les au :

▶ **N°Cristal 09 69 39 00 54**

APPEL NON SURTAXE

www.kitaide.klesia.fr

[Les solutions klesia.fr](http://Lesolutions.klesia.fr) pour mes salariés

En tant qu'adhérent KLESIA vous pouvez faire appel à l'ADAC

Les conseillères en Économie Sociale Familiale de l'ADAC réalisent du conseil budgétaire à distance. Elles peuvent vous soutenir dans l'organisation de votre vie quotidienne, dans le respect du secret professionnel.

Vous pouvez prendre rendez-vous au **04 69 95 80 71**

