



vous guider



Je me sépare : que dois-je faire ? Comment la MSA peut m'accompagner ?

■ À chaque étape de votre vie, la MSA vous accompagne

msa.fr/separation



L'essentiel & plus encore

La séparation bouscule le quotidien et peut fragiliser la situation financière et l'équilibre de la famille. La MSA vous informe sur vos droits et vous accompagne dans vos démarches pour vous aider à surmonter cette étape.



Je mets à jour ma situation

Je préviens la MSA de mon changement de situation et je mets à jour mes informations personnelles.



J'organise ma vie quotidienne après la séparation

J'effectue des démarches pour faire face à ma nouvelle situation.



Je suis accompagné après la séparation

Je bénéficie d'un soutien dans l'épreuve que je traverse.



Les équipes de travailleurs sociaux vous apportent de l'aide et de l'écoute en toute confiance et confidentialité. Selon votre situation, elles vous orientent vers les aides et les dispositifs les mieux adaptés. Elles facilitent également vos démarches.



JE METS À JOUR MA SITUATION

Vous vous séparez et cela bouscule beaucoup votre vie et celle de vos enfants. Vous trouverez dans les pages suivantes, la liste des premières démarches administratives à effectuer auprès de votre MSA. Ces informations nous permettront de réajuster le montant de vos droits ou de vous proposer de nouvelles aides.

✚ Déclarer sa séparation

La déclaration de séparation concerne les personnes vivant en couple, qu'elles soient mariées, pacsées ou en concubinage. Nous vous invitons à faire votre déclaration de changement de situation en ligne ou envoyer une déclaration de séparation sur l'honneur au format papier. La date de la déclaration est le point de départ de la prise en compte de votre changement de situation.

N'attendez pas de recevoir un document officiel pour faire votre déclaration. Vous pourrez les transmettre dès réception en ligne ou par courrier.

Voici la liste des documents à nous fournir en fonction de votre situation :

À la suite d'un divorce

Adressez dès que possible à votre MSA une photocopie de la transcription du jugement de divorce ou un extrait d'acte de mariage comportant la mention « divorce » en y inscrivant votre numéro de sécurité sociale. N'oubliez pas de joindre également une copie du livret de famille si vous avez des enfants à charge.

À la suite de la dissolution d'un Pacs

Envoyez à la MSA une décision de fin de vie commune délivrée par le tribunal d'instance compétent. N'oubliez pas d'inscrire votre numéro de sécurité sociale au préalable sur le document.

À la suite de la rupture d'une période de vie commune

Envoyez à la MSA une photocopie du certificat de non-conciliation ou une déclaration sur l'honneur mentionnant la séparation et la date à laquelle elle prend effet.

✚ Déclarer mes nouvelles ressources

Si vous percevez des prestations familiales à la MSA, vous devez faire votre déclaration de changement de situation et déclarer vos ressources, depuis Mon espace privé > Mes services > rubrique « Famille, Logement »

✚ Mettre à jour ses coordonnées

Déclarer son changement d'adresse

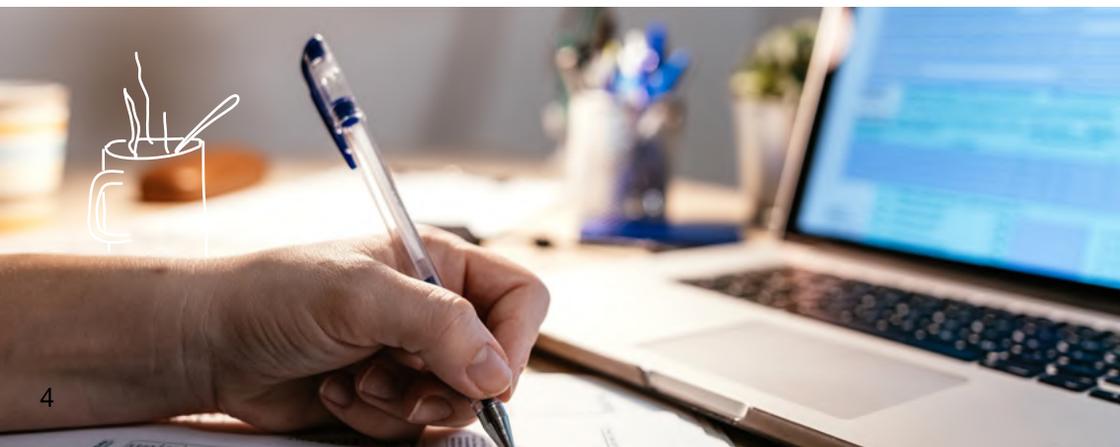
Communiquez rapidement votre nouvelle adresse postale à votre MSA. Vous pouvez le faire par courrier ou en ligne. Si vous changez de département, vous serez automatiquement affilié à votre future MSA. Vous pourrez également modifier vos coordonnées (numéro de téléphone, adresse mail,...) si nécessaire. Rendez-vous sur msa.fr > Mon espace privé > Mon compte pour modifier votre adresse de résidence.

Envoyer son nouveau RIB

Si vous changez de compte bancaire, adressez-nous par courrier votre nouveau relevé d'identité bancaire.

✚ Connaître mon nouveau quotient familial

La plupart des aides financières de l'action sanitaire et sociale sont accordées, selon des conditions de ressources en application du quotient familial. Rendez-vous sur msa.fr > Mon espace privé > Mes services > Obtenir une attestation > Famille > Mon quotient familial pour le consulter et éditer une attestation.





JE RÉALISE MES DÉMARCHES EN LIGNE

Rendez-vous dans Mon espace privé pour réaliser de nombreuses démarches en ligne :



Déclarer mon changement de situation



Déclarer mes nouvelles ressources



Mettre à jour mes coordonnées



Déposer des documents



Connaître mon nouveau quotient familial

L'assistance Internet de votre MSA est à votre disposition si vous rencontrez des difficultés pour utiliser nos services en ligne ou pour vous inscrire et vous connecter à Mon espace privé : 03 20 90 05 00 du lundi au vendredi de 8h30 à 12h15 et de 13h30 à 16h30.

le +
MSA

Vous pouvez également vous rendre dans votre agence MSA pour que votre conseiller vous accompagne et vous aide à réaliser ces démarches.

FOCUS SUR

Les enfants à charge

Jusqu'à quel âge mon enfant est-il à ma charge ? Un enfant est considéré comme étant à votre charge lorsque vous assumez de manière effective et permanente ses frais d'entretien (logement, nourriture, habillement, éducation) et que vous assumez sa responsabilité éducative et affective. L'existence d'un lien de parenté entre vous et l'enfant n'est pas obligatoire. Un enfant peut être considéré comme étant à votre charge jusqu'à ses 20 ou 21 ans si ses revenus ne dépassent pas un certain montant. Avant ses 16 ans, il doit être scolarisé.

J'ORGANISE MA VIE QUOTIDIENNE APRÈS LA SÉPARATION

La séparation peut bousculer votre quotidien et nécessiter une nouvelle organisation. Que ce soit pour votre budget, votre logement, votre santé ou encore la garde de vos enfants, votre MSA peut vous proposer des prestations pour faciliter votre quotidien.

le +
MSA

Votre MSA pourra vous proposer un **rendez-vous prestations**. Il s'agit d'un moment d'échanges avec un de nos conseillers pour vérifier que vous disposez bien de l'ensemble des prestations auxquelles vous avez droit (RSA, prime d'activité, aide au logement, complémentaire santé solidaire, complément de libre choix du mode de garde, etc.).

✚ Mon budget

Ma pension alimentaire

Alimentation, vêtements, activités extra-scolaires, soins médicaux... chaque parent doit prendre en charge des dépenses liées à l'entretien et à l'éducation de son ou de ses enfant(s). La pension alimentaire est versée par un des parents à l'autre parent pour assurer les besoins élémentaires de l'enfant au quotidien. Si vous avez déjà convenu d'une pension alimentaire avec votre ex-conjoint(e) ou si vous souhaitez en fixer une, la MSA peut faciliter son versement et vous aider à réaliser vos démarches. C'est simple et gratuit !

Fixer le montant de votre pension alimentaire

Le montant de la pension alimentaire dépend de plusieurs facteurs :

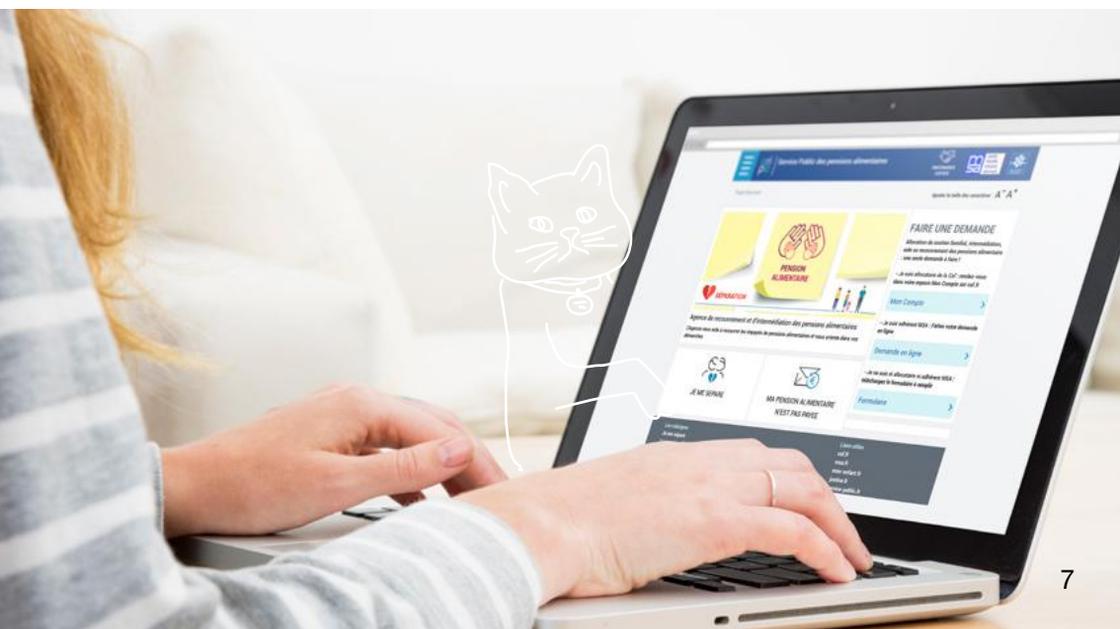
- ▶ les ressources et charges du parent qui doit verser la pension alimentaire ;
- ▶ les dépenses liées à l'éducation de l'enfant pour le parent qui en a la charge ;
- ▶ les décisions qui ont été prises par les parents concernant la résidence de l'enfant.

Vous n'étiez pas marié(e) et vous êtes d'accord avec l'autre parent sur le montant. Votre MSA peut vous délivrer un document officiel qui valide le montant de la pension alimentaire : le titre exécutoire. Vous devez remplir une convention parentale mise à disposition sur le site : pension-alimentaire.msa.fr

Vous étiez marié(e) ou vous ne parvenez pas à un accord avec l'autre parent. Vous devez contacter un juge aux affaires familiales qui fixera le montant de la pension alimentaire après examen de votre dossier. Un médiateur familial peut aussi vous accompagner dans la recherche d'un accord.

Bon à savoir

L'Allocation de soutien familial (ASF) peut vous être versée dans l'attente de fixer le montant de la pension alimentaire pour une durée de 4 mois ou pour compléter une pension alimentaire fixée, dont le montant est faible. Rendez-vous sur le site de votre MSA pour connaître le montant de l'ASF.



En cas d'impayé de la pension alimentaire

Si votre pension alimentaire n'est pas payée par l'autre parent, la MSA peut :

- ▶ récupérer les sommes impayées des 24 derniers mois auprès de l'autre parent, de son employeur, de sa banque ou encore de Pôle emploi et vous les reverser ;
- ▶ devenir votre intermédiaire pour que vous n'ayez plus besoin à l'avenir de contacter votre ex-conjoint(e) pour verser ou recevoir la pension de vos enfants. C'est la MSA qui collectera automatiquement la pension auprès du parent qui doit la payer et la versera tous les mois au parent qui doit la recevoir.

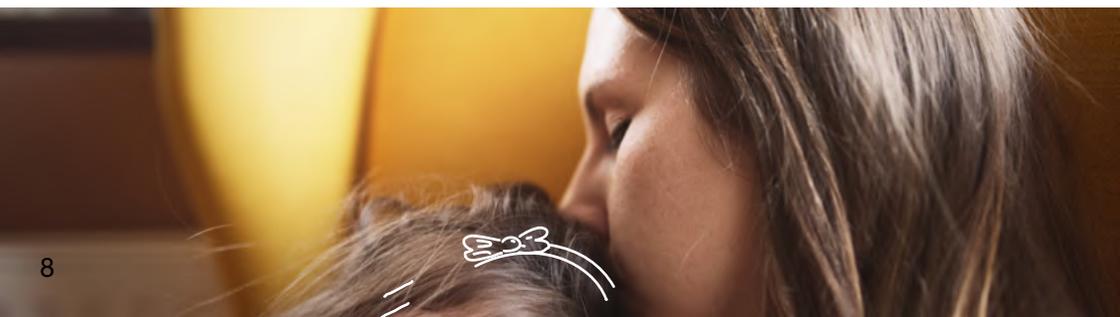
Bon à savoir

Même si vous n'avez aucun problème d'impayé, vous pourrez confier à la MSA ce rôle d'intermédiaire si une pension alimentaire a été fixée dans le cadre de votre séparation.



En cas d'impossibilité de payer une pension alimentaire

Certaines personnes peuvent être dispensées de l'obligation alimentaire en raison de leur situation (par exemple, en cas de faibles ressources). Elles sont considérées comme hors d'état de faire face à leurs obligations d'entretien. Vous pouvez alors bénéficier de l'allocation de soutien familial (ASF) sans engager de démarches auprès de la justice. Cette aide permet de garantir un montant de pension alimentaire minimum.





JE RÉALISE MES DÉMARCHES EN LIGNE

Rendez-vous sur pension-alimentaire.msa.fr :



Demander l'allocation de soutien familial (ASF) ;



Estimer le montant de la pension à verser ou à recevoir ;



Demander un titre exécutoire ;



Demander le recouvrement de la pension alimentaire non payée ;



Demander la mise en place de l'intermédiation financière.

Vous pouvez aussi contacter le « **service public des pensions alimentaires** » géré par la MSA au 3238 (prix d'un appel local).

Les prestations sociales

La séparation peut entraîner une baisse de vos revenus. Si vous êtes concerné, des prestations existent pour vous aider.

La Prime d'activité est une aide pour compléter vos revenus professionnels. Si vos revenus ne dépassent pas un certain plafond, la MSA peut vous verser chaque mois ce complément. Son montant évolue tous les trois mois en fonction de vos revenus.

Le Revenu de Solidarité Active (RSA) peut vous garantir un minimum de ressources en cas de baisse, d'absence ou de faibles revenus. Son montant est déterminé en fonction de la composition de votre foyer.

Des aides ponctuelles existent également : l'allocation de rentrée scolaire et la prime de Noël. Ces aides sont versées automatiquement et sont calculées en fonction de vos revenus et du nombre d'enfants à votre charge.



✦ Mon logement

Payer son loyer, rénover son logement, déménager : des prestations existent pour vous aider à être mieux logé et réduire vos dépenses de logement. Les prestations dépendent de vos ressources, de votre situation familiale, du montant de votre loyer, de la nature de votre logement et de votre lieu de résidence.

Depuis le 1^{er} janvier 2021, ce sont les revenus des 12 derniers mois qui permettent de calculer l'aide au logement, et non plus ceux perçus 2 ans avant. Et pour mieux s'adapter à votre situation, le droit à l'aide au logement est actualisé tous les 3 mois et non plus tous les ans.



JE RÉALISE MES DÉMARCHES EN LIGNE

 mesdroitssociaux.gouv.fr pour faire une simulation et évaluer vos droits à 33 prestations sociales

 msa.fr pour déclarer ses ressources et faire une demande d'aide au logement

FOCUS SUR

La recherche d'un nouveau logement

Vous pouvez constituer un dossier auprès des bailleurs publics (Opac, office HLM) ou vous adresser à des agences immobilières ou à des propriétaires privés. Vous pouvez également demander si des réservations existent auprès d'Action Logement (service réservé aux salariés) ou s'il en existe un, auprès du service logement de la commune. En savoir plus sur www.actionlogement.fr

✚ Ma santé

La prise en charge de vos soins

La Protection Universelle Maladie (Puma) vous procure un droit à la prise en charge de vos frais de santé à titre personnel et de manière continue tout au long de votre vie, même en cas de changement de situation personnelle (mariage, divorce, séparation, veuvage, ...), dès lors que vous travaillez ou, si vous êtes sans activité professionnelle, que vous résidez en France de manière stable et régulière.

À cet effet, vous bénéficiez de votre propre compte d'assuré social, vos décomptes maladie sont envoyés à votre nom et vous percevez vos remboursements santé sur votre compte bancaire.

Les changements de situation personnelle n'ont donc pas d'incidence sur votre droit. Vous n'avez aucune démarche particulière à accomplir.

Si vous avez ou avez eu au moins 3 enfants à charge : vous bénéficiez de la couverture maladie-maternité auprès du régime général.

Rattachement des enfants sur la carte Vitale

Les enfants mineurs ont le statut d'ayants droit. Ils sont rattachés à l'un de leurs parents ou aux deux parents.

Le rattachement des enfants sur la carte Vitale des deux parents favorise un accès aux soins plus facile et permet au parent qui emmène son enfant en consultation d'utiliser sa carte Vitale. Il vous suffit de compléter le formulaire « Demande de rattachement des enfants mineurs à l'un ou aux deux parents assurés » disponible sur le site de votre MSA.

Vous pouvez vérifier que le rattachement de votre enfant est bien effectif en vous connectant à [Mon espace privé](#) > [Obtenir une attestation](#) > [Attestations de droits maladie](#).

Vous pouvez également demander une carte Vitale pour vos enfants dès l'âge de 12 ans afin de simplifier vos démarches administratives, notamment en cas de séparation ou de divorce des parents. Ces enfants restant toutefois vos ayants droit.

Toutefois, à partir de l'âge de 16 ans, l'enfant mineur peut demander à bénéficier de la Puma à titre personnel. Dans ce cas, l'enfant aura son propre compte d'assuré social, ses décomptes maladie seront envoyés à son nom et il percevra ses remboursements santé sur son compte bancaire.



FOCUS SUR

La complémentaire santé solidaire

Pour préserver votre santé et celle de vos proches, la MSA vous propose une protection renforcée : la complémentaire santé solidaire. Vous n'avez aucun frais de santé à avancer.

La Complémentaire santé solidaire fonctionne comme une mutuelle. Grâce à cette aide, sur présentation de votre carte vitale, vous ne paierez plus chez le médecin, à l'hôpital, en pharmacie mais aussi la plupart des lunettes et prothèses dentaires ! Les frais seront pris en charge par votre MSA et la complémentaire santé solidaire.

Combien ça coûte ? En fonction de vos ressources, la complémentaire santé solidaire peut ne rien vous coûter ou coûter moins de 1€ par jour et par personne selon votre situation.

Vous souhaitez savoir si vous avez droit à la Complémentaire santé solidaire ? Vous pouvez faire une simulation sur le portail mesdroitssociaux.gouv.fr. Si vous êtes éligible à la Complémentaire santé solidaire, vous pouvez en faire la demande soit en vous connectant à votre espace privé sur msa.fr en sélectionnant le service « Demander la Complémentaire santé solidaire », soit en remplissant le formulaire papier de demande téléchargeable sur msa.fr.

✦ La garde de mes enfants

En fonction de l'âge de l'enfant et de votre nouvelle organisation, vous pouvez être amené à envisager d'autres solutions de garde.

Votre enfant a moins de 6 ans

Le complément de libre choix du mode de garde (CMG) vous aide à financer la garde de votre enfant de moins de 6 ans par un(e) assistant(e) maternel(le), un(e) garde d'enfants à domicile ou un organisme habilité. Le montant de la prestation sera calculé en fonction de vos ressources, de votre situation familiale et du montant des frais de garde que vous avez engagés. Le CMG ne peut être attribué qu'à un seul parent, même en cas de résidence alternée. Si vous faites garder votre (vos) enfant(s) et que votre ex-conjoint est l'employeur de votre assistante maternelle ou de votre garde d'enfant à domicile, pensez à modifier le contrat de travail pour devenir vous-même employeur et à déposer une nouvelle demande de Complément de libre choix du mode de garde (CMG) auprès de votre MSA, pour percevoir cette prestation.

Votre enfant est scolarisé

Différentes structures de votre quartier ou de votre commune organisent peut-être, le mercredi et durant les vacances scolaires, des activités de loisirs (culturelles ou sportives) à la journée et demi-journée. Renseignez-vous auprès de ces services ou de la mairie.

Pour toute information sur les accueils de loisirs, les Relais assistantes maternelles, les structures de garde petite enfance et toute autre information sur les modes de garde, consultez le site : www.mon-enfant.fr

Bon à savoir

Les prestations familiales sont versées au parent chez lequel les enfants résident. Dans le cas d'une garde alternée, vous pouvez demander le partage des allocations familiales entre les deux parents.



le +
MSA

La MSA encourage la pratique régulière d'activités sportives, artistiques ou culturelles. Elle peut financer les activités extra-scolaires de vos enfants : frais de licence ou d'inscription à un club, à une association sportive ou culturelle... Les aides aux départs en vacances vous permettent également de réduire vos dépenses pour offrir des vacances à vos enfants (colonie, camp) ou pour partir et se retrouver en famille. Contactez le service action sociale de votre MSA pour en savoir plus.

JE SUIS ACCOMPAGNÉ APRÈS LA SÉPARATION

Vous vous posez des questions sur votre rôle de parent ou sur ce que vous êtes en train de vivre, la façon de gérer les conflits, la manière d'aider vos enfants ? Des professionnels peuvent vous accompagner durant cette étape. Plusieurs dispositifs existent pour vous soutenir et répondre à vos questions.

✚ Être soutenu

Les réunions d'information « Parents après la séparation »

Ces rencontres collectives sont gratuites, anonymes et ouvertes à tous les parents pendant ou après la séparation. Elles sont animées par des professionnels (travailleurs sociaux, avocats / juristes et médiateurs familiaux) qui pourront vous répondre, et éventuellement vous proposer des rendez-vous personnalisés. Ces rencontres sont organisées pour vous aider à mieux comprendre :

- ▶ les réactions et les besoins de vos enfants : comment vivent-ils la séparation ? Comment en parler ? ;
- ▶ la gestion des conflits éventuels, par exemple, via la médiation familiale ;
- ▶ les conséquences et les possibilités juridiques après une séparation ou un divorce ;
- ▶ les ressources à votre disposition, proches de chez vous, pour être accompagné(e).

La médiation familiale

L'intervention d'un tiers impartial, le médiateur familial, constitue une solution pour sortir d'une situation bloquée, faciliter la communication et éviter la rupture des liens familiaux. Il s'agit de proposer un temps d'écoute et d'expression qui permet de parler du conflit, de prendre en compte les besoins de chacun et notamment ceux des enfants, d'envisager des solutions et de trouver des accords.

Intervention sociale

En cas de difficultés, vous pouvez bénéficier d'un rendez-vous personnalisé avec un travailleur social de la MSA pour vous soutenir dans ce changement de vie familiale et parfois de changements professionnels. Il peut vous apporter une écoute, un soutien, un accompagnement dans cette nouvelle organisation en lien avec les différentes actions proposées par la MSA. Il peut aussi vous orienter vers d'autres professionnels selon votre situation.

le +
MSA

Dans le milieu agricole, la séparation peut également avoir un impact sur votre vie professionnelle et l'avenir de l'exploitation. Le service « relations entreprises » de votre MSA peut vous conseiller et vous apporter des solutions. Vous pouvez également solliciter un médiateur agricole ou la chambre d'agriculture.

✚ Les structures de soutien à la parentalité

L'espace de rencontre

L'espace de rencontre est un lieu tiers, extérieur au domicile des parents qui permet, en cas de séparation conflictuelle et lorsqu'il n'existe pas d'autre solution immédiate, la rencontre de l'enfant avec le parent avec lequel il ne vit pas (ou toute personne titulaire d'un droit de visite) dans un cadre transitoire, neutre et sécurisant. L'accès à cet espace est gratuit sur orientation du juge aux affaires familiales ou sur sollicitation directe de la famille.

L'aide à domicile auprès des familles

Vous pouvez faire appel à un professionnel de l'aide à domicile pour vous soulager et vous accompagner ponctuellement dans cette nouvelle organisation familiale. L'aide est assurée par des professionnels formés, qualifiés, diplômés : un technicien de l'intervention sociale et familiale (Tisf) ou un accompagnant éducatif et social (AES). La MSA peut prendre en charge partiellement le coût d'une aide à domicile. Rapprochez-vous de l'équipe du service social de la MSA pour savoir si vous pouvez en bénéficier.

Les lieux d'accueil enfants-parents

Les lieux d'accueil enfants-parents, appelés également Laep, sont des espaces de convivialité, d'écoute, de jeux partagés et de parole qui favorisent la rencontre et l'échange entre enfants et parents. Y sont accueillis conjointement les enfants de moins de 6 ans et leurs parents ou l'adulte référent qui les accompagne. C'est un lieu «ouvert» qui accueille gratuitement de manière libre et sans inscription.



DES SITES UTILES POUR VOUS AIDER

✦ Relations familiales

Où trouver un médiateur ou un espace de rencontre :

- ▶ fenamef.asso.fr
- ▶ ffer.org
- ▶ apmf.fr
- ▶ unaf.fr

Où me renseigner sur les activités de soutien à la parentalité :

- ▶ famillesrurales.org
- ▶ monenfant.fr

✦ Démarches et droits

- ▶ Pour trouver le Conseil Départemental d'Accès au Droit de votre département : annuaires.justice.gouv.fr
- ▶ Pour les changements d'adresse ou des informations sur les démarches : service-public.fr
- ▶ L'administration fiscale : impots.gouv.fr/portail/particulier/je-me-separe
- ▶ L'Agence nationale pour l'information sur le logement : anil.org
- ▶ La Fédération Nationale des Centres d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles : infofemmes.com

La MSA assure la protection sociale des agriculteurs et des personnes travaillant ou ayant travaillé dans le monde agricole, ainsi que leur famille, soit 5,5 millions de personnes.

Tout au long de leur vie, elle apporte une réponse adaptée aux besoins de ses adhérents et de leurs proches en proposant une offre de services complète et diversifiée. Elle assure le versement de prestations et propose des actions d'accompagnement social.

**L'équipe de votre MSA est là
pour vous renseigner et vous accompagner.**

Pour suivre la MSA

