



 La monoparentalité
chez AXA France



Une **famille monoparentale** correspond à un foyer dans lequel **un parent élève seul un ou plusieurs enfants à charge**, sans présence quotidienne d'un conjoint. Cette situation peut résulter de parcours de vie variés : **séparation, divorce, décès ou choix de parentalité**. Elle implique souvent des responsabilités accrues sur les plans éducatifs, organisationnel et financier, avec des enjeux spécifiques en matière de stabilité et de gestion du quotidien.

Être **parent solo** est une expérience à la fois riche et exigeante. Elle transforme les repères, renforce les responsabilités et demande une **organisation constante du quotidien** : gérer seul les imprévus, faire face à une **charge mentale importante** et composer avec un **manque de relais**. Entre les impératifs familiaux et les exigences professionnelles, le rythme peut devenir soutenu et l'**équilibre** parfois difficile à maintenir.

En France, les familles monoparentales représentent une réalité importante qui appelle une attention particulière et des dispositifs d'accompagnement adaptés.

Chez **AXA**, nous accordons une attention particulière au **bien-être de nos collaborateurs** et à la diversité de leurs situations de vie. C'est pourquoi nous nous engageons à favoriser un environnement de travail inclusif, attentif aux besoins spécifiques des **parents solos** et propice à un meilleur équilibre des temps de vie.

Ce guide a été conçu pour vous accompagner et soutenir votre quotidien de parent solo. Il rassemble des repères concrets pour vous permettre de mieux organiser votre vie de parent et votre activité professionnelle : dispositifs existants, informations sur vos droits, ressources utiles...

Notre ambition est simple : vous aider à faire face aux imprévus, alléger votre charge mentale et vous permettre de trouver un équilibre durable au quotidien.



En France, les familles monoparentales font face à des réalités complexes, mêlant parfois difficultés financières, charge mentale, isolement et contraintes organisationnelles.

1/4

des **familles**
sont monoparentales

82 %

des **familles**
monoparentales
sont constituées
de mères seules



La **1^{re}** cause

de **monoparentalité**
est la **séparation suivie**
du veuvage précoce

30 %

des **enfants**
résident avec un seul
de leurs parents



12 %

des **enfants**
de moins de 6 ans
vivent en famille
monoparentale

41 %

des **enfants issus**
de familles
monoparentales
vivent sous le seuil de
pauvreté





La monoparentalité peut entraîner des contraintes organisationnelles et une charge mentale accrues. Pour accompagner les salariés concernés, AXA met à leur disposition des dispositifs de soutien et des interlocuteurs dédiés.

L'**offre RH Monoparentalité** vous apporte un soutien renforcé, notamment en cas de séparation ou de deuil. Elle s'appuie sur un référent RH parentalité, disponible en toute confidentialité pour vous écouter, identifier avec

vous les solutions adaptées et vous orienter vers les ressources utiles.

Elle comprend également des dispositifs d'accompagnement, tels que le coaching individuel et des ateliers d'échanges, et facilite l'accès aux aides et services proposés par l'entreprise.

Cette offre s'inscrit dans la continuité de la politique parentalité d'AXA France pour mieux accompagner les réalités vécues par les parents solos.

L'accompagnement individuel via le coaching

Les collaborateurs et collaboratrices en situation de monoparentalité peuvent bénéficier d'un accompagnement individuel sous forme de coaching assuré par un coach externe. Adapté aux besoins de chacun, cet accompagnement se déroule généralement sur 3 à 5 séances et vise à aider à surmonter les épreuves liées à cette situation, à mieux s'organiser au quotidien et à concilier plus sereinement vie professionnelle et vie personnelle. Il peut être mis en place lors de l'entrée dans la monoparentalité ou à l'occasion d'une situation particulière nécessitant un soutien spécifique.

L'accompagnement collectif via les ateliers d'échanges entre pairs

« **Entre parents solos** » est un espace d'échange animé ponctuellement dans l'année par une coach externe, permettant aux collaborateurs en situation de monoparentalité de partager leur expérience, de bénéficier de conseils pratiques et de trouver du soutien auprès d'autres parents confrontés à des enjeux similaires.





Les collaborateurs qui le souhaitent peuvent évoquer leur situation de monoparentalité avec leur manager, leur HRBP ou le référent RH parentalité afin de favoriser une meilleure compréhension de leurs contraintes et besoins spécifiques.

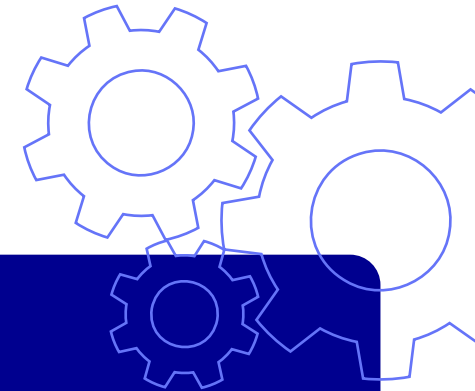
Le télétravail

Contribue à réduire les contraintes de déplacement et à mieux faire face aux imprévus liés à la parentalité (réservé aux populations éligibles).

La souplesse des horaires

Pour répondre à des contraintes liées à la parentalité solo, un aménagement temporaire des horaires peut être envisagé, en concertation avec le manager et dans le respect des nécessités de service.

- **Si votre temps de travail est en jours :**
Vous organisez votre emploi du temps de manière autonome, en lien avec votre manager, en tenant compte de votre situation et des nécessités de service.
- **Si votre temps de travail est en heures :**
Un ajustement ponctuel des horaires peut être envisagé (plages variables), après échange avec le manager, avec régularisation des anomalies en concertation.



Les bonnes pratiques

S'organiser et anticiper

- Clarifier ses priorités personnelles et professionnelles pour mieux organiser son quotidien.
- Se projeter à moyen et long terme afin d'anticiper les périodes plus chargées et limiter les situations d'urgence.

S'autoriser à demander du soutien

- Accepter de ne pas tout gérer seul et reconnaître ses besoins d'accompagnement.
- Solliciter de l'aide sans culpabilité en s'appuyant sur son entourage, les dispositifs existants et les personnes ressources.

Déléguer lorsque c'est possible

- Identifier les tâches pouvant être confiées à d'autres, dans la sphère personnelle comme professionnelle.
- S'appuyer sur les ressources disponibles pour alléger la charge mentale et le quotidien.

Préserver son équilibre

- S'accorder des temps de pause et des moments pour soi afin de préserver son énergie.
- Veiller à maintenir un équilibre durable entre vie personnelle, familiale et professionnelle.



Plusieurs dispositifs d'aides et de prestations sociales peuvent être mobilisés en fonction de votre situation de monoparentalité.

Les dispositifs légaux

La pension alimentaire

Versée par le parent n'ayant pas la résidence principale de l'enfant. En cas de non-paiement ou de paiement partiel, le parent créancier peut solliciter l'Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires (ARIPA) afin d'obtenir le recouvrement des sommes dues.

La prestation compensatoire

Versée par un ex-conjoint pour compenser la disparité de niveau de vie créée par la séparation. Son montant est déterminé par le juge ou par convention entre les conjoints.

Les Allocations Familiales

Versées par la CAF (Caisse d'Allocation Familiales) aux familles ayant au moins deux enfants à charge de moins de 20 ans pour aider à couvrir les dépenses liées à l'entretien et à l'éducation des enfants. Elles permettent notamment de compenser les difficultés financières et d'améliorer le bien-être des parents en situation de monoparentalité.

L'Allocation de Soutien Familial (ASF)

Versée par la CAF aux parents isolés percevant peu ou pas de pension alimentaire. Si une pension est versée, son montant est déduit de l'ASF.

Le complément familial

Versé par la CAF aux familles nombreuses, sous condition de ressources et d'âge des enfants.

Les avantages fiscaux

La situation de monoparentalité ouvre droit à des avantages fiscaux comme l'attribution d'une demi-part supplémentaire de quotient familial pour le premier enfant, qui compte ainsi pour une part entière, ce qui réduit l'impôt sur le revenu.

La prime d'activité

Versée par la CAF aux personnes exerçant une activité professionnelle, sous conditions ressources. Son montant dépend des revenus et de la composition du foyer. Il est réévalué trimestriellement.





Autres

Les CESU (chèques emploi service universel)

Permettent de payer et déclarer facilement un salarié à domicile pour des services comme la garde d'enfants, l'aide à domicile ou encore le soutien scolaire. Chaque collaborateur peut acheter jusqu'à 600 euros par année civile de CESU co-financés par AXA France à hauteur d'un tiers de la valeur faciale.



Retrouvez les avantages CESU

L'Action sociale de B2V

Peut accompagner les familles confrontées à des difficultés financières liées aux aléas de la vie pour la prise en charge de frais divers (soutien scolaire, orthodontie, soutien psychologique ...) Base de Connaissances RH - De quels aides et services puis-je bénéficier au travers de l'action sociale B2V ?



Retrouvez les aides et services de B2V

AXA Entraide

Association qui accompagne les assurés et collaborateurs AXA en situation de vulnérabilité financière ou personnelle liée à un événement de vie. Elle permet, dans ces cas spécifiques, de bénéficier d'une aide financière ou d'un accompagnement adapté (budgétaire, social ou psychologique).

Crésus

Association qui propose un accompagnement aux personnes en situation de vulnérabilité financière, notamment lors de changements de vie comme la monoparentalité. Elle permet de revoir et adapter son budget, restructurer ses dettes et bénéficier d'un suivi personnalisé pour faire face à sa situation financière. La mise en relation se fait via AXA Entraide.

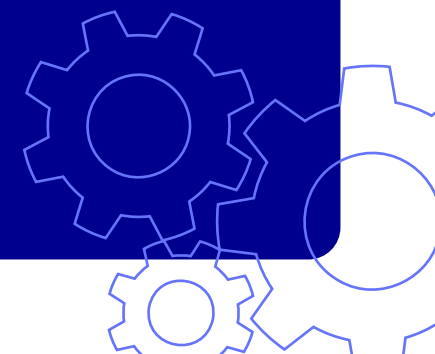
Commission sociale du CNI (Comité National Inter-établissements)

En lien avec le service social qui suit votre dossier, elle peut accorder, sous conditions, un soutien financier aux salariés en situation de fragilité économique.



Bonne pratique

Des aides locales peuvent être accessibles aux familles monoparentales. Rapprochez-vous de votre mairie ou de votre département pour en bénéficier.





Lorsqu'une situation de monoparentalité se présente, la question du logement devient rapidement un enjeu important pour accueillir son enfant dans de bonnes conditions, tout en tenant compte d'un nouvel équilibre financier. Pour accompagner cette étape, différents dispositifs peuvent faciliter l'accès au logement des familles monoparentales.

Aide Personnalisée au Logement (APL)

Versée par la CAF, cette aide permet de réduire le coût du loyer. Son montant est défini suivant le niveau des ressources, le nombre d'enfants à charge, le lieu de résidence et le montant du loyer.

Le Fonds de Solidarité Logement (FSL)

Aide financière qui peut être accordée sous forme de prêt ou de subvention. Les conditions d'attribution sont définies par les services du département.

Dispositifs Action Logement

En complément des aides publiques, Action Logement propose plusieurs dispositifs particulièrement utiles aux familles monoparentales :

- **La Garantie VISALE**

Caution locative gratuite qui rassure le bailleur et facilite l'accès au logement en l'absence de garant.

- **L'avance LOCA-PASS**

Prêt à taux zéro destiné à financer le dépôt de garantie.

Chez AXA France, la situation de monoparentalité est prise en compte dans l'attribution des logements proposés par Action Logement, grâce à l'octroi de points de priorité. Ce dispositif vise à favoriser l'accès à un logement adapté aux besoins des familles concernées.



Retrouvez l'espace RH





Les aides financières liées à la garde d'enfant

Le CMG (Complément de libre choix du Mode de Garde)

Aide de la Caf qui réduit le coût de garde des enfants jusqu'à 12 ans. Son montant dépend des ressources du foyer, du nombre d'enfants et des frais de garde engagés ; il peut varier d'un mois à l'autre et être réduit en cas de perception de la PreParE.

La PreParE (PREstation PARTagée d'Education de l'enfant)

Aide de la Caf qui permet à un parent de réduire ou d'interrompre son activité professionnelle pour s'occuper de son enfant. Versée sous conditions de cotisations antérieures, son montant forfaitaire varie selon le taux d'activité maintenu (arrêt total, temps partiel, etc.), tandis que sa durée dépend de la situation familiale et du nombre d'enfants à charge.

L'Agepi (aide à la garde d'enfants pour parent isolé)

Aide financière de France Travail destinée aux parents isolés ayant un ou plusieurs enfants de moins de 10 ans et qui reprennent une activité professionnelle. Son montant est forfaitaire, versé en une seule fois, selon le nombre d'enfants. La demande doit être effectuée dans le mois suivant la reprise d'activité.

Le Cesu (chèque emploi service universel)

Dispositif destiné à faciliter la garde d'enfants à domicile grâce à des démarches d'embauche et de déclaration simplifiées. AXA offre la possibilité d'en acheter avec subvention de l'employeur. Pour plus de précisions, cliquez ici.





Des solutions de garde adaptées en crèche

Dans le cadre d'un partenariat avec Babilou, AXA France propose différents dispositifs permettant la garde des enfants non scolarisés, de 4 mois à 3 ans :



Retrouvez le site
Mes solutions Family

L'accueil régulier

Des places en crèche sont proposées via Babilou et son réseau de partenaires partout en France. Réservé aux salariés en CDI, ce dispositif fait l'objet d'une campagne d'inscription annuelle suivie d'une commission d'attribution. La situation de monoparentalité figure parmi les critères de priorité pris en compte.

L'accueil temporaire

Babilou For You est un service d'accueil à temps plein ou à temps partiel, conçu pour répondre à des besoins de garde temporaires, qu'ils couvrent quelques semaines ou plusieurs mois.

L'accueil ponctuel

Babirelais est une solution de garde ponctuelle en crèche Babilou en cas d'imprévu ou d'indisponibilité du mode de garde habituel, avec des réservations en urgence ou programmées, dans la limite de 10 jours par an et par enfant.

Pour en savoir plus les solutions de garde, consultez le guide «Etre parent chez AXA France» (Informations > Ressources).

Des solutions de garde adaptées pour le temps périscolaire (fin de journée, mercredis et vacances scolaires)

Services négociés et accessibles via la plateforme de parentalité Mes Solutions Family.

En complément, des séjours et colonies de vacances à tarifs préférentiels sont proposés par le CNI.



Quand on est parent solo, toute l'attention va souvent vers les enfants. Pourtant, penser à soi est essentiel pour éviter l'épuisement et garder un bon équilibre. Les vacances comme l'accompagnement psychologique sont des leviers pour prendre du recul, récupérer de l'énergie et gérer au mieux et dans la durée les contraintes personnelles et professionnelles.

Bien-être psychologique

La monoparentalité peut parfois s'accompagner de périodes de fragilité émotionnelle, de fatigue ou de surcharge mentale. Afin de soutenir les collaborateurs confrontés à ces situations, plusieurs dispositifs d'accompagnement psychologique sont accessibles.

- Le service d'assistance psychologique **Pluridis** permet de bénéficier d'une écoute professionnelle, confidentielle et gratuite, 24 h/24 et 7 j/7.

[Retrouvez l'espace RH](#)

- Le dispositif national **Mon soutien psy** permet de consulter directement un psychologue conventionné et de bénéficier d'un accompagnement remboursé par l'Assurance Maladie (jusqu'à 12 séances par an).

[Retrouvez le dispositif
Mon soutien psy](#)

- Les collaborateurs couverts via le contrat santé AXA peuvent également accéder au service **Angel**, qui propose jusqu'à quatre entretiens téléphoniques par an avec un psychologue, ainsi que d'autres ressources dédiées au bien-être et à la santé mentale.

[Retrouvez l'espace RH](#)

Ces dispositifs permettent de traverser plus sereinement les défis liés à la parentalité solo et préserver son équilibre au quotidien

Les vacances

Pour faire de vos vacances un vrai moment de répit :

Offres du CNI (séjours, subventions, ...)

[Retrouvez les informations
sur le CNI](#)

Dispositif VACAF (CAF)

Permet de réduire le coût des vacances familiales en finançant une partie de l'hébergement dans des centres labellisés en France, pendant les vacances scolaires. Le montant dépend de votre situation, de votre quotient familial et du nombre d'enfants. L'aide est limitée à un séjour par an (7 nuits maximum). Elle est versée directement au centre de vacances, déduite de la facture.



Quelques
chiffres

Démarches
prioritaires

Soutien RH

Conditions
de travail

Aides

Votre manager

Il favorise un climat de confiance et de bienveillance et vous oriente vers les acteurs internes compétents.

Service de prévention et de santé au travail

Il contribue à préserver votre santé physique et mentale et vous aide à mobiliser les dispositifs de soutien adaptés.

Votre Partenaire Ressources Humaines (HRBP)

Il vous accompagne et vous met en relation avec les ressources internes adaptées.

Service social

Il vous écoute, vous informe et vous accompagne dans vos démarches. En lien avec les acteurs internes et externes de l'entreprise, il vous oriente vers des professionnels spécialisés et vous accompagne sur des questions personnelles, administratives ou financières.

Référent RH parentalité
Sonia.dutot@axa.fr

Il vous reçoit en toute confidentialité, facilite l'accès à l'offre parentalité RH et vous oriente vers les ressources adaptées.

Service Action sociale B2V

Caisse Primaire d'Assurance Maladie

36 46
Prix d'un appel local
depuis un poste fixe.

Caisse des Allocations Familiales

39 39
Prix d'un appel local
depuis un poste fixe.

AXA Entraide

Action logement



Les visuels ci-dessous sont cliquables et permettent d'accéder aux guides ou à des sites externes.

AXA

Concilier vie personnelle et professionnelle

Partage de bonnes pratiques

Mieux s'organiser pour gagner du temps

Face à l'urgence et à la multitude des tâches, il est nécessaire de hiérarchiser les priorités, tant professionnelles que personnelles. Utiliser la matrice Eisenhower peut grandement aider !

IMPORTANCE	URGENCE	
	NON URGENT	URGENT
IMPORTANT	Tâches à traiter rapidement, à planifier	Tâches à traiter en priorité
NON IMPORTANT	Tâches à faire plus tard ou éliminer	Tâches qui peuvent attendre / déléguer

Faire une liste en mettant en premier les points les plus importants et urgents et barrer les tâches au fur et à mesure fait baisser le stress et évite les oublis.

- **LOI DE PARKINSON**
Il est démontré que si l'on dispose d'un délai important pour accomplir une tâche, on consomme la totalité du temps imparti. Ainsi, se fixer des délais pour chaque tâche permet de gagner en efficacité (et évite la procrastination !).
- **LOI DE LABORIT**
Il est fréquent de repousser sans cesse les tâches difficiles ou ennuyeuses et de les expédier en dernière minute. Commencer sa journée par une tâche difficile que l'on n'a pas envie de réaliser ("avalier son crapaud") permet de libérer des endorphines et donc de diminuer le stress.

Faire du télétravail permet à la fois de gagner du temps en supprimant son trajet et de limiter la fatigue. Repérer les commerces, médecin, pharmacie, pressing, etc., proches de son lieu de travail permet d'effectuer quelques tâches pendant la pause déjeuner.

Clarifier ses choix et priorités

Si la priorité est donnée aux peccadilles, le temps à consacrer à ce qui est réellement important manquera.

Prendre le temps de réfléchir à ses priorités et identifier les 3 principales permet de vivre positivement ses choix et ne plus les subir.

AXA

Être parent chez AXA France

AXA

Être salarié aidant chez AXA France

AXA

Violences conjugales et intrafamiliales

Tous concernés !

AXA

Surmonter les épreuves de la vie

Mes ressources

AXA

Les risques psychosociaux (RPS)

GUIDE COLLABORATEURS
Tous concernés !

AXA

Santé mentale

Contacts et Ressources clés





Les intitulés ci-dessous sont cliquables et permettent d'accéder à des informations complémentaires ou à des sites externes.

Allocations

- AGEPI
- APL
- ASF
- ARIPA
- CAF
- CESU
- CMG
- PrePare
- VACAF
- Vacances ouvertes
- Mes droits sociaux

Association

- Moi et mes enfants
- Fédération Syndicale des Familles Monoparentales
- Union nationale des associations familiales
- Association Mono Parenthèse

Avantages fiscaux - impôts

- Parent isolé, n'oubliez pas de cocher la case T sur la déclaration de revenus
- Les aides fiscales liées à la famille

Podcasts sur la parentalité solo

- Parent Solo (par Parent Épuisé) : Aborde sans tabou le parcours du combattant de la gestion d'un enfant seul, de la séparation à la garde alternée
- HelloSolos : Le podcast dédié aux mamans solos qui partagent leurs joies, leurs galères, leur organisation et leur vision de l'amour.

