



MON PLEIN DROIT - GUIDE GRATUIT

Les aides que vous ne réclamez pas.

Des milliers d'euros oubliés, et comment les récupérer.

Une réversion jamais demandée, un mois d'APL perdu, une prime d'activité ignorée : chaque année, des milliards d'euros d'aides ne sont pas versés, faute de demande. Voici les 10 réflexes.

10 réflexes pour ne plus laisser filer vos droits

Chaque année, des milliards d'euros d'aides ne sont pas versés en France, non pas parce qu'elles sont refusées, mais parce que personne ne les demande. Voici dix réflexes concrets. Chacun renvoie vers un guide détaillé sur monpleindroit.com.

1 Aucune aide n'est versée automatiquement

C'est la première cause de non-recours : les organismes ne vous cherchent pas. RSA, prime d'activité, réversion, aide au logement, tout se demande. Si vous ne déposez pas de dossier, vous ne touchez rien, même si vous y avez pleinement droit.

2 Demandez l'aide au logement le jour de l'emménagement

L'APL n'est pas rétroactive : chaque mois sans demande déposée est définitivement perdu. Ce n'est pas la date d'emménagement qui compte, mais celle du dépôt du dossier. Déposez-le dès la remise des clés, quitte à le compléter ensuite.

3 Le partenaire de PACS n'aura aucune réversion

Seul le mariage ouvre droit à la pension de réversion. Un partenaire pacsé ou un concubin ne touchera rien, même après trente ans de vie commune. C'est l'angle mort le plus coûteux pour les couples non mariés.

4 La réversion se demande, et vite

Elle représente 54 % de la retraite du défunt au régime général, mais elle n'est jamais versée d'office. Le point de départ dépend en partie de la date de votre demande : chaque mois d'attente est un mois perdu.

5 On peut travailler et toucher la prime d'activité

C'est même son principe : elle complète les revenus de ceux qui travaillent. C'est l'une des aides les moins réclamées de France, simplement parce que les gens supposent qu'un salaire les exclut. Simulez avant de renoncer.

6 Travailler ne fait pas perdre l'AAH

Pendant les six premiers mois d'activité, vos revenus ne sont pas pris en compte du tout : vous gardez l'AAH entière. Ensuite, un abattement de 80 % puis 40 % s'applique. Le gain net du travail reste réel.

7 L'AAH ne dépend plus des revenus du conjoint

Depuis la déconjugalisation, seules vos propres ressources comptent. Si vous aviez renoncé à l'AAH parce que votre conjoint gagnait trop, refaites une demande : vous y avez peut-être de nouveau droit.

8 Le congé supplémentaire de naissance a une date limite

Créé en 2026, il donne un à deux mois indemnisés à chaque parent. Mais il doit être pris dans les neuf mois suivant la naissance. Passé le délai, le droit disparaît, sans rattrapage possible.

9 Vos jours de congé paternité expirent au bout de 6 mois

Après la semaine obligatoire, il reste 21 jours à poser (28 en cas de naissances multiples), dans les six mois qui suivent la naissance. Les jours non pris sont perdus. Posez-les tôt, en deux périodes si besoin.

10 Sans chômage ni RSA, des solutions existent

L'allocation de solidarité spécifique peut prendre le relais en fin de droits. Le CCAS de votre commune accorde des aides d'urgence, et le département dispose de fonds de solidarité. Ces aides ne sont presque jamais demandées.

À RETENIR

Les 5 oublis qui coûtent le plus cher

- Attendre pour demander l'APL : chaque mois sans dossier est perdu à jamais.
- Croire qu'un partenaire de PACS touchera la réversion : il ne touchera rien.
- Renoncer à l'AAH à cause du salaire du conjoint, qui ne compte plus depuis 2023.
- Laisser expirer ses jours de congé paternité au bout de six mois.
- Oublier la déclaration trimestrielle : la prime d'activité est suspendue.

VOTRE POINT DE SITUATION

Check-list : où en êtes-vous ?

Cochez ce que vous avez déjà fait. Pour chaque case vide, le guide correspondant vous attend sur monpleindroit.com (si vous lisez à l'écran, chaque ligne est cliquable).

- ☐ J'ai simulé la prime d'activité, même en travaillant.
- ☐ J'ai déposé ma demande d'aide au logement dès l'entrée dans les lieux.
- ☐ Je sais si mon conjoint aura droit, ou non, à la réversion.
- ☐ J'ai simulé mon RSA, même si je pense ne pas y avoir droit.
- ☐ Si je suis concerné, j'ai redemandé l'AAH depuis la déconjugalisation.
- ☐ J'ai posé mes jours de congé paternité avant le délai de six mois.
- ☐ J'ai anticipé le congé supplémentaire de naissance.
- ☐ Je connais les pièges de la retraite progressive avant de lever le pied.

Votre score : moins de 4 cases cochées, vous laissez probablement de l'argent sur la table. Plus de 6, vous êtes déjà bien organisé, gardez ce guide sous la main.

Aller plus loin

Chaque aide a sa page dédiée sur monpleindroit.com, avec les montants à jour et des simulateurs gratuits pour estimer en quelques secondes votre RSA, votre pension de réversion ou vos dates de congé maternité et paternité.

Ce guide fournit une information générale, à jour en 2026. Les montants sont revalorisés chaque année, en général au 1er avril. Il ne constitue pas un conseil personnalisé. Sources : service-public.fr, caf.fr, ameli.fr, Légifrance.