

Caf en ligne : déclarer, éviter les trop-perçus, contester

Les démarches de la Caf se font depuis le compte allocataire, sur le site ou dans l'application mobile. Depuis le 1er mars 2025, la déclaration trimestrielle du RSA et de la prime d'activité arrive préremplie avec le montant net social : il reste à la vérifier et à la valider. Cette fiche, à jour de septembre 2026, récapitule les déclarations à faire, les règles des trop-perçus et les voies de recours.

À qui s'adresse cette fiche ?

Toute personne qui perçoit ou demande une prestation de la Caf, et les professionnels qui l'accompagnent : conseillers numériques, agents de France services, secrétaires de mairie, travailleurs sociaux.

Au sommaire

1. Le compte allocataire, point d'entrée de toutes les démarches
2. Les prestations versées par la Caf et leur logique
3. Déclarer ses ressources : le trimestre et l'année
4. Signaler un changement de situation sans attendre
5. Trop-perçus : remboursement, échéancier, remise de dette
6. Contrôles, contestation et messages frauduleux

1. Le compte allocataire, point d'entrée de toutes les démarches

- **Compte en ligne** : demande de prestation, déclaration de situation, attestations, suivi des paiements et envoi de justificatifs passent par l'espace personnel. Une première demande peut être déposée sans être encore allocataire : un numéro est attribué après traitement du dossier.
- **FranceConnect** : vous pouvez vous connecter avec un identifiant que vous avez déjà ailleurs, par exemple celui des impôts ou de l'Assurance maladie.
- **Application mobile** : elle donne accès aux mêmes services et permet de déclarer ses ressources depuis un téléphone, ce qui évite les oublis de fin de trimestre.
- **Traces écrites** : chaque envoi laisse un accusé dans le compte. Conservez-le avec vos notifications de droits : ce sont vos preuves en cas de désaccord.

Version du 25 septembre 2026 · Licence Etalab 2.0 : réutilisation et diffusion libres, avec mention de la source.

Fiche rédigée par l'équipe Certyne (certyne.com), éditeur français de signature électronique. Document informatif :

Légifrance et service-public.gouv.fr font foi.

2. Les prestations versées par la Caf et leur logique

- **Prestations familiales** : elles dépendent de la composition de la famille et, souvent, des ressources du foyer. La Caf les verse, ou la MSA pour le régime agricole.
- **Aides au logement** : elles sont calculées sur les ressources des douze derniers mois et réactualisées automatiquement tous les trois mois.
- **RSA et prime d'activité** : ces prestations suivent au plus près votre activité, d'où une déclaration de ressources tous les trois mois.
- **AAH** : le droit est reconnu par la commission des droits et de l'autonomie, à la MDPH, mais c'est la Caf ou la MSA qui verse l'allocation et qui suit ensuite vos changements de situation.
- **Simulateurs** : avant toute demande, les simulateurs officiels, dont celui de mesdroitssociaux.gouv.fr, indiquent les droits possibles. Beaucoup ne sont pas demandés faute d'être connus.

3. Déclarer ses ressources : le trimestre et l'année

- **Tous les trois mois** : les bénéficiaires du RSA, de la prime d'activité et de l'AAH déclarent leurs ressources trimestriellement, en ligne pour la Caf.
- **Préremplissage** : depuis le 1er mars 2025, salaires et revenus de remplacement, comme le chômage ou les indemnités journalières, sont préremplis en montant net social, la donnée qui figure sur le bulletin de paie. Ce montant n'est ni le net à payer, ni le net imposable.
- **Mois de référence** : la déclaration porte désormais sur les mois M-2 à M-4, et non plus M-1 à M-3, pour que les données soient complètes.
- **Vérifier et compléter** : vous restez responsable de votre déclaration. Comparez avec vos bulletins, corrigez avec justificatifs et ajoutez ce qui manque, par exemple des revenus d'indépendant ou une pension alimentaire.
- **Ressources annuelles** : pour les aides au logement, la Caf récupère vos revenus auprès de l'administration fiscale. Vous ne les déclarez vous-même que si elle n'en dispose pas.

4. Signaler un changement de situation sans attendre

- **Sans délai** : déménagement, séparation, mise en couple, naissance, changement d'emploi ou départ à l'étranger se signalent rapidement, car ils modifient le calcul des droits.
- **Première cause de dette** : un changement déclaré trop tard est le motif le plus fréquent de trop-perçu. Le droit continue d'être payé sur une situation périmée, puis tout est régularisé d'un coup. Déclarer tôt évite une dette qui court sur plusieurs mois.
- **Bonne foi** : une déclaration inexacte peut donner lieu à une pénalité, sauf si votre bonne foi est reconnue. Signaler spontanément un oubli reste le bon réflexe.
- **Preuve de la démarche** : déclarez depuis votre compte plutôt que par téléphone et gardez la confirmation : elle établit la date à laquelle la Caf a été informée.

5. Trop-perçus : remboursement, échéancier, remise de dette

- **Notification** : un courrier indique le montant réclamé, la prestation et la période. Lisez le détail du calcul avant toute démarche : c'est lui que vous contesterez.
- **Retenue sur les prestations** : si vous percevez encore des prestations, la dette est récupérée par retenues mensuelles, fixées selon la composition de la famille, ses ressources et ses charges de logement, de sorte qu'une part des versements vous reste.
- **Échéancier** : si vous ne percevez plus rien, ou si la retenue est trop lourde, demandez un plan de remboursement adapté à vos moyens.
- **Remise de dette** : sans contester le calcul, vous pouvez demander une remise gracieuse au vu de la précarité de votre situation. Elle est exclue en cas de manœuvre frauduleuse ou de fausse déclaration.
- **Prescription** : l'action en recouvrement d'un indu se prescrit par deux ans, portés à cinq ans en cas de manœuvre frauduleuse ou de fausse déclaration. Vérifiez les périodes réclamées.

6. Contrôles, contestation et messages frauduleux

- **Contrôles** : la Caf vérifie sur pièces, sur place et par échange de données. Ses agents agréés et assermentés ont un droit de communication auprès de tiers et leurs constats font foi jusqu'à preuve contraire.
- **Sanctions** : un avertissement ou une pénalité peut être prononcé. La loi du 25 juin 2026 permet aussi de suspendre les versements à titre conservatoire, deux mois au plus, avec un débat contradictoire à votre demande dans les deux semaines.
- **Recours amiable** : saisissez par écrit la commission de recours amiable dans les deux mois suivant la notification, en joignant la décision contestée et vos justificatifs. Ce recours est obligatoire avant tout procès et le silence gardé deux mois vaut rejet.
- **Juge et médiateur** : après ce rejet, le pôle social du tribunal judiciaire peut être saisi. Le médiateur de la Caf intervient gratuitement quand une démarche est restée sans solution.
- **Arnaques** : de faux SMS annoncent un versement au nom de la Caf. Ne communiquez jamais vos coordonnées bancaires ni vos mots de passe par message, repassez par votre compte et signalez les SMS suspects au 33700.

Liste de contrôle

- ☐ J'accède à mon compte allocataire et je vérifie mes coordonnées.
- ☐ Je fais ma déclaration trimestrielle avant la date limite.
- ☐ Je compare les montants préremplis avec mes bulletins de paie.
- ☐ Je signale tout changement de situation dès qu'il survient.
- ☐ Je conserve notifications, accusés et justificatifs pendant plusieurs années.
- ☐ En cas de désaccord, je saisis la commission de recours amiable dans les deux mois.

Sources et pour aller plus loin

- Service-public, déclarer ses ressources à la Caf ou à la MSA : F14199 : service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F14199
- Service-public, déclaration RSA et prime d'activité simplifiée au 1er mars 2025 : A18079 : service-public.gouv.fr/particuliers/actualites/A18079
- Service-public, recourir au médiateur de la Caf ou de la MSA : F20841 : service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F20841
- Légifrance, prescription des prestations indues : article L553-1 du code de la sécurité sociale : legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000042686248
- Légifrance, récupération et remise des indus : article L553-2 du code de la sécurité sociale : legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000046811463
- Légifrance, recours préalable devant la commission de recours amiable : article R142-1 du code de la sécurité sociale : legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000037595656
- Cybermalveillance.gouv.fr, que faire en cas d'hameçonnage : cybermalveillance.gouv.fr/tous-nos-contenus/fiches-reflexes/hameconnage-phishing
- Autres fiches pratiques : certyneo.com/fr/ressources/fiches-pratiques-gratuites

Fiche pratique « Caf en ligne : déclarer, éviter les trop-perçus, contester » — version du 25/09/2026 — rédigée par l'équipe Certyneo (certyneo.com). Licence Etalab 2.0. Document informatif. Signaler une erreur : contact@certyneo.com.