



Ajustement d une pension alimentaire

Par **Cegat**, le **01/12/2025** à **20:40**

Bonsoir ,

Je suis papa depuis 2024 , separé et vivant a 300 km de mon enfant depuis 2018.

Nous avons voulu instauré une pension sur un mode de garde classique .

Voici comment nous avons decomposé cette pension ,

225 de pension

75 de creche

Sois 300 euros mensuel.

Se rajoute mes ticket cesu pour la garde enfant environs 1700 euros de ticket qui nous coutent environs 300 euros , je partage le paiement avec la maman et lui fais donc profitez des 1700 euros sois la moitié du montant annuel de la creche . De plus le cout du trajet mensuel sois environs 1200 km me revient a environs 400 euros autoroute comprise.

Je suis donc a 850 euros de depense en janvier , 225 pension 75 creche +400 de trajet+150 des tickets cesu.

Et de fevrier a decembre 700 par mois.

Aujourd hui je n arrive plus a assurer ces depenses .

Je touche environ 2800 euros par mois et la maman 2400 .

Je voudrais faire part de ma situation a un JAF , esque j y gagnerai ? Suis je dans le vrai dans cette situation ou il vaut mieux que je reste comme ca le JAF peut me faire payer plus de pension ?

Je vous remercie infiniment de vos conseils .

Mr Garcia.

Par **Marck.ESP**, le **01/12/2025 à 20:54**

Bienvenue

Le JAF tranchera s'il est saisi. Il tiendra compte du train de vie de chacun, des charges et des revenus, mais aussi des besoins de l'enfant .

Pour notre part, nous ne pouvons pas vous faire un chiffrage en la matière.

Par **Zénas Nomikos**, le **02/12/2025 à 12:42**

Bonjour,

voici des calculateurs, simulateurs et grilles de pensions alimentaires :

<https://www.service-public.gouv.fr/simulateur/calcul/pension-alimentaire>

<https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/R45945>

<https://www.justice.fr/simulateurs/pension-alimentaire/bareme>