

# LE GUIDE COMPLET DE LA DÉCLARATION D'IMPÔTS DU PAPA SÉPARÉ



PENSION ALIMENTAIRE • GARDE ALTERNÉE • CASES À NE PAS  
RATER • ERREURS CLASSIQUES • ÉCONOMIES D'IMPÔT  
AUXQUELLES TU AS DROIT

[WWW.PAPA-DIVORCE.COM](http://WWW.PAPA-DIVORCE.COM)

# Pourquoi ce guide ?



**Chaque année c'est la même histoire.** La déclaration de revenus arrive, et tu te retrouves avec des dizaines de cases, **des règles qui changent** selon que tu aies la garde, la garde alternée, que tu verses une pension ou pas...

Et pendant ce temps, ton ex (ou son nouveau compagnon) a peut-être un expert-comptable qui optimise sa déclaration à fond. Toi, tu fais comme tu peux.

Ce guide est là pour changer ça. Pas de jargon inutile. Pas de théorie. **Des situations concrètes, des exemples chiffrés, et les cases exactes à remplir pour ne pas laisser d'argent sur la table.**

## Ce que tu vas apprendre dans ce guide

- Quel statut fiscal choisir après ta séparation
- Comment déduire la pension alimentaire (et combien ça change)
- Les règles spécifiques de la garde alternée
- Toutes les cases fiscales que tu dois connaître
- Les 7 erreurs classiques qui coûtent des centaines d'euros



CE GUIDE EST RÉDIGÉ PAR UN PAPA SÉPARÉ QUI A VÉCU CES SITUATIONS — PAS PAR UN EXPERT-COMPTABLE. IL S'APPUIE SUR LA LÉGISLATION FISCALE FRANÇAISE EN VIGUEUR MAIS NE REMPLACE PAS UN CONSEIL PERSONNALISÉ. POUR LES SITUATIONS COMPLEXES, CONSULTE UN CONSEILLER FISCAL.





# Moi, je m'appelle Greg

Je suis un simple papa, comme toi, et **en 2012, j'ai subi un divorce qui a transformé ma vie à tout jamais.**

J'ai alors **2 enfants de moins de 10 ans** qui vont vivre une garde alternée durant 2 années. **Je deviens ensuite le papa des 4 jours par mois** et je suis dans cette situation **où la relation** que l'on croyait acquise **avec ses enfants bascule.**

C'est à ce moment là que **je subis la déroute financière :**

- Logement coûteux pour le volume loué
- Frais d'emménagement (je dois tout racheter ou presque)
- Frais d'avocat
- Pension élevée
- Impôts revus à la hausse
- ...

**Je réalise alors que je travaille pour survivre.** Métro, boulot, dodo et cela malgré un salaire confortable.

**Je demande de l'aide** à ma famille **mais pas trop** car ce n'est pas dans mon caractère et je tente de gérer par moi-même.

Outre les aspects financiers personnels, **je ne peux pas faire vivre mes enfants**, les sortir **comme j'aimerais, faire ce que j'avais prévu de faire avec eux** avant que ça ne déraile.

Dans ce guide, j'espère pouvoir **t'aider à vivre comprendre ta nouvelle situation fiscale** et de donner quelques astuces...



# 01 Ton Statut Fiscal

Célibataire ? Parent isolé ? Ça change tout

En France, l'impôt est calculé sur le revenu divisé par un nombre de parts appelé quotient familial. Plus tu as de parts, plus ton impôt est faible. La séparation change directement ce calcul.

| Situation                                | Nombre de parts  | Impact                        |
|------------------------------------------|------------------|-------------------------------|
| Célibataire sans enfant                  | <b>1 part</b>    | Base de référence             |
| Célibataire, 1 enfant en garde exclusive | <b>2 parts</b>   | Très favorable                |
| Parent isolé (case T), 1 enfant          | <b>2,5 parts</b> | Le plus avantageux            |
| Garde alternée, 1 enfant                 | <b>1,5 part</b>  | Moitié de l'avantage          |
| Garde alternée, 2 enfants                | <b>2 parts</b>   | 1 part par enfant             |
| Pas de garde, verse pension              | <b>1 part</b>    | Déduction pension en revanche |



# 01 Ton Statut Fiscal

Célibataire ? Parent isolé ? Ça change tout

## LA CASE T : LE STATUT "PARENT ISOLÉ"

La case T est probablement la case la plus méconnue et la plus intéressante pour un papa séparé qui a la garde principale. Elle te permet de bénéficier du statut de parent isolé, avec une demi-part supplémentaire

### Conditions pour cocher la case T

- Tu élèves seul(e) un ou plusieurs enfants
- Tu n'as pas de concubin(e) ni de vie commune avec un partenaire
- Tes enfants résident principalement chez toi (garde principale ou exclusive)
- Elle n'est PAS compatible avec la garde alternée — dans ce cas, la demi-part est déjà partagée

### Exemple concret — Karim

Karim a la garde exclusive d'Inès et Milo. Son revenu imposable est de **28 800 €/an** ( $2\,400\text{ €} \times 12$ ). Sans la case T, il a **2 parts**. Avec la case T, il passe à **2,5 parts** → son impôt estimé passe de **1 850 € à 1 340 €**. Économie : **510 €/an** juste en cochant une case.



## 02 La pension alimentaire et les impôts

Ce que tu déduis. Ce que l'ex déclare. Comment ça marche

### LA DÉDUCTION DE LA PENSION : LE PRINCIPE

Si tu verses une pension alimentaire à ton ex pour l'entretien de vos enfants, tu peux déduire 100 % du montant versé de ton revenu imposable.

C'est l'une des déductions les plus puissantes disponibles.

En contrepartie, ton ex doit déclarer cette pension en revenus. C'est un système communicant — d'où l'importance de bien déclarer les deux côtés.

#### Conditions essentielle

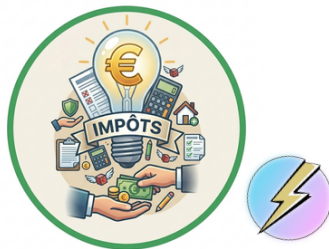
La pension doit être fixée par une décision de justice (jugement de divorce, ordonnance de non-conciliation, convention homologuée) ou par un accord amiable homologué. Une pension versée "de la main à la main" sans document officiel n'est PAS déductible

### LA CASE 6GU : OÙ ET COMMENT DÉCLARER

La pension alimentaire versée se déclare en case 6GU de ta déclaration de revenus (formulaire 2042). C'est dans la rubrique « Charges déductibles ».

|                 |                              |                         |                        |
|-----------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|
| <b>Case 6GU</b> | <b>Pensions alimentaires</b> | <b>100 % déductible</b> | <i>Formulaire 2042</i> |
|-----------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|

Karim verse **400 €/mois** de pension, soit **4 800 €/an**. Il déclare 4 800 € en case 6GU. Son revenu imposable passe de 28 800 € à **24 000 €**. À sa tranche marginale d'imposition (11 %), l'économie d'impôt est de **528 €/an**.



## 02 La pension alimentaire et les impôts

Ce que tu déduis. Ce que l'ex déclare. Comment ça marche

### **GARDE ALTERNÉE : ON NE DÉDUIT PAS LA PENSION**

**C'est le piège numéro 1.** En garde alternée, si tu bénéficies déjà des demi-parts supplémentaires liées aux enfants, tu ne peux PAS en même temps déduire une pension alimentaire pour ces mêmes enfants.

La logique fiscale est simple : soit tu prends l'avantage par les parts (garde alternée), soit par la déduction (pension versée), mais pas les deux.

#### **Ce n'est PAS cumulable**

- Demi-part garde alternée + déduction pension pour le même enfant → IMPOSSIBLE
- Si tu es en garde alternée et que tu verses quand même une pension (rééquilibrage), la pension n'est pas déductible si tu as pris les demi-parts

Dans ce cas, tu dois choisir : prendre les parts OU déduire la pension. Fais simuler les deux options.



## 03 Garde alternée : les règles spécifiques

Comment sont partagés les avantages fiscaux des enfants ?

### LE PARTAGE DES PARTS FISCALES

En garde alternée, les avantages fiscaux liés aux enfants sont partagés par défaut à 50/50 entre les deux parents. Concrètement, chaque parent bénéficie d'une demi-part supplémentaire par enfant en alternée.

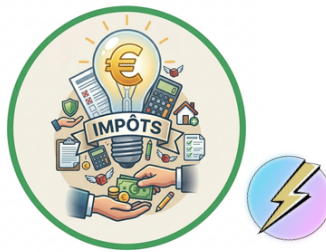
| Papa (garde alternée)             | Maman (garde alternée)            |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 1 part de base                    | 1 part de base                    |
| + 0,5 part par enfant en alternée | + 0,5 part par enfant en alternée |
| 1 enfant → 1,5 parts              | 1 enfant → 1,5 parts              |
| 2 enfants → 2 parts               | 2 enfants → 2 parts               |
| Pas de case T possible            | Case T possible si seule          |

#### Bon à savoir pour la garde alternée

En garde alternée, chaque parent peut déclarer la moitié des frais de garde et bénéficier de 50 % de crédit sur sa part. Cela reste très intéressant même divisé par deux.

*Si ton enfant a 6 ans cette année, vérifie bien : c'est l'âge au 1er janvier de l'année d'imposition qui compte.*





## 03 Garde alternée : les règles spécifiques

Comment sont partagés les avantages fiscaux des enfants ?

### LE CRÉDIT D'IMPÔT FRAIS DE GARDE (CASE 7GA)

Si tu paies des frais de garde pour un enfant de moins de 6 ans pendant tes périodes de garde (assistante maternelle, crèche, halte-garderie agréée), tu as droit à un crédit d'impôt de 50 % de ces dépenses.

|                 |                                           |                        |                           |
|-----------------|-------------------------------------------|------------------------|---------------------------|
| <b>Case 7GA</b> | Frais de garde enfant -6 ans (1er enfant) | <b>50 % du montant</b> | <i>Max 3 500 €/enfant</i> |
| <b>Case 7GB</b> | Frais de garde enfant -6 ans (2e enfant)  | <b>50 % du montant</b> | <i>Max 3 500 €/enfant</i> |
| <b>Case 7GC</b> | Frais de garde enfant -6 ans (3e enfant)  | <b>50 % du montant</b> | <i>Max 3 500 €/enfant</i> |

Karim (garde alternée) paie **1 800 €/an** de frais de garde pour Milo (5 ans). En garde alternée, il déclare **900 € en case 7GA** (la moitié). Crédit d'impôt : **450 €**. Si son ex déclare l'autre moitié, elle récupère aussi 450 €. Total famille : 900 € récupérés sur 1 800 € payés.



## 03 Garde alternée : les règles spécifiques

Comment sont partagés les avantages fiscaux des enfants ?

### L'ALLOCATION DE RENTRÉE SCOLAIRE (ARS) : À QUI VA-T-ELLE ?

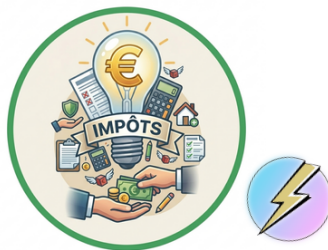
L'ARS est versée par la CAF. En garde alternée, elle peut être partagée entre les deux parents — mais par défaut, elle est versée en totalité à la mère (allocataire principal).

Pour que tu en perçoives la moitié, il faut en faire la demande explicitement à la CAF en signalant la garde alternée. Beaucoup de papas ne le font jamais.



#### Action à faire

Si tu es en garde alternée et que tu n'as jamais demandé le partage de l'ARS, contacte ta CAF. Tu peux récupérer jusqu'à 200 € par enfant selon les tranches de revenus.

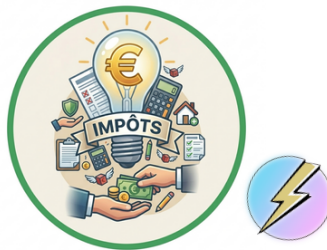


## 04 Toutes les cases à connaître

Le récap complet de ta déclaration en tant que papa séparé

Voici l'ensemble des cases fiscales qui te concernent directement en tant que papa séparé. Garde ce tableau à portée de main pour ta prochaine déclaration.

| Case            | Ce que tu declares                     | Avantage fiscal      | Formulaire     |
|-----------------|----------------------------------------|----------------------|----------------|
| <b>Case T</b>   | Statut parent isolé (garde principale) | Demi-part suppl.     | 2042 — p.1     |
| <b>Case 6GU</b> | Pension alimentaire versée             | Déduction revenu     | 2042 — charges |
| <b>Case 6EL</b> | Pension reçue (si tu en touches une)   | Revenu imposable     | 2042 — revenus |
| <b>Case 7GA</b> | Frais de garde enfant -6 ans (1er)     | Crédit 50 %          | 2042 RICI      |
| <b>Case 7GB</b> | Frais de garde enfant -6 ans (2e)      | Crédit 50 %          | 2042 RICI      |
| <b>Case 7GC</b> | Frais de garde enfant -6 ans (3e)      | Crédit 50 %          | 2042 RICI      |
| <b>Case 7DB</b> | Emploi à domicile (baby-sitter)        | Crédit 50 %          | 2042 RICI      |
| <b>Case 7DF</b> | Enfant handicapé à charge              | Demi-part suppl.     | 2042 — p.1     |
| <b>Case H</b>   | Enfant en garde alternée               | Demi-part par enfant | 2042 — p.1     |



## 05 Les 7 erreurs qui coûtent cher

Ce que font la plupart des papas séparés — et comment l'éviter

Ces erreurs, je les ai toutes faites ou vues faire. Certaines coûtent quelques dizaines d'euros, d'autres plusieurs centaines. Lis-les attentivement — au moins une va te concerner.

### ERREUR #1 — Oublier de cocher la case T

#### Ce que font beaucoup de papas :

*Déclarer comme célibataire simple alors qu'on a la garde principale. On perd une demi-part et parfois des centaines d'euros.*

#### Ce qu'il faut faire à la place :

Si tu as la garde principale (pas alternée) et que tu vis seul, coche systématiquement la case T. Elle te donne droit au statut parent isolé et à une demi-part supplémentaire.

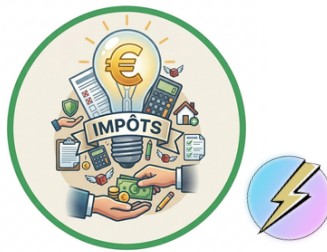
### ERREUR #2 — Ne pas déclarer la pension versée (case 6GU)

#### Ce que font beaucoup de papas :

*Verser la pension mais ne jamais la déclarer, pensant que c'est trop compliqué ou que ça ne change rien. On perd la déduction sur le revenu imposable.*

#### Ce qu'il faut faire à la place :

Déclare chaque année la totalité de la pension versée en case 6GU. Garde tes justificatifs de virement. C'est légal, simple, et ça réduit directement ton impôt.



## 05 Les 7 erreurs qui coûtent cher

Ce que font la plupart des papas séparés — et comment l'éviter

Ces erreurs, je les ai toutes faites ou vues faire. Certaines coûtent quelques dizaines d'euros, d'autres plusieurs centaines. Lis-les attentivement — au moins une va te concerner.

### ERREUR #3— Cumuler parts alternée ET déduction pension

#### **Ce que font beaucoup de papas :**

Verser la pension mais ne jamais la déclarer, pensant que c'est trop compliqué ou que ça ne change rien. On perd la déduction sur le revenu imposable.

#### **Ce qu'il faut faire à la place :**

Déclare chaque année la totalité de la pension versée en case 6GU. Garde tes justificatifs de virement. C'est légal, simple, et ça réduit directement ton impôt

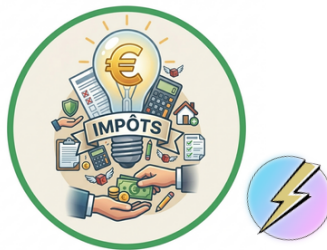
### ERREUR #4— Oublier le crédit d'impôt frais de garde (case 7GA)

#### **Ce que font beaucoup de papas :**

*Payer une assistante maternelle ou une crèche pendant ses périodes de garde et ne jamais déclarer ces frais. On rate un crédit d'impôt de 50 %.*

#### **Ce qu'il faut faire à la place :**

Déclare tes frais de garde en case 7GA/7GB/7GC. En garde alternée, tu declares ta moitié. Si tu n'es pas imposable, le crédit te sera remboursé directement.



## 05 Les 7 erreurs qui coûtent cher

Ce que font la plupart des papas séparés — et comment l'éviter

Ces erreurs, je les ai toutes faites ou vues faire. Certaines coûtent quelques dizaines d'euros, d'autres plusieurs centaines. Lis-les attentivement — au moins une va te concerner.

### ERREUR #5 — Ne pas mettre à jour sa situation après la séparation

#### **Ce que font beaucoup de papas :**

Continuer à déclarer comme si on était encore en couple l'année suivante.  
Le calcul est faussé, les droits changent et tu risques un redressement

#### **Ce qu'il faut faire à la place :**

L'année de la séparation, chaque parent fait sa propre déclaration individuelle. Préviens le fisc dès que possible via ton espace [impots.gouv.fr](https://impots.gouv.fr).

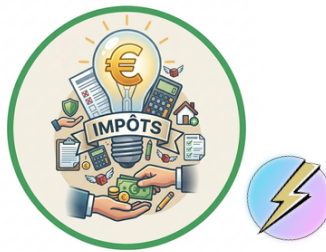
### ERREUR #6 — Ne pas garder ses justificatifs de pension

#### **Ce que font beaucoup de papas :**

Verser la pension en espèces ou sans traçabilité, ou jeter les relevés bancaires.  
En cas de contrôle, impossible de prouver le versement

#### **Ce qu'il faut faire à la place :**

Verse TOUJOURS la pension par virement bancaire avec la mention explicite 'pension alimentaire'. Conserve tes relevés bancaires 3 ans minimum.



## 05 Les 7 erreurs qui coûtent cher

Ce que font la plupart des papas séparés — et comment l'éviter

Ces erreurs, je les ai toutes faites ou vues faire. Certaines coûtent quelques dizaines d'euros, d'autres plusieurs centaines. Lis-les attentivement — au moins une va te concerner.

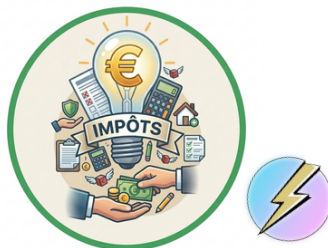
### ERREUR #7 — Ne pas déclarer les pensions reçues (si applicable)

#### **Ce que font beaucoup de papas :**

Dans certaines configurations, tu peux recevoir une contribution de l'autre parent. Ne pas la déclarer est une fraude fiscale même involontaire

#### **Ce qu'il faut faire à la place :**

Si tu reçois une pension (rare pour les pères, mais possible), déclare-la en case 6EL. La symétrie est contrôlée par l'administration entre les deux déclarations.



## 06 Simulation complète Le cas Karim

Combien peut-il économiser en optimisant sa déclaration ?

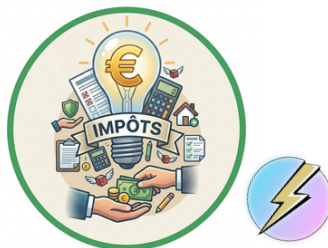
Reprenons Karim dans sa globalité. Il a deux enfants en garde alternée, verse 400 €/mois de pension et paie des frais de garde. Voici ce que donne sa déclaration optimisée vs. une déclaration basique.

| Élément                          | Déclaration basique | Déclaration optimisée |
|----------------------------------|---------------------|-----------------------|
| Revenu brut annuel               | 28 800€             | 28 800€               |
| Pension déduite (case 6GU)       | Non déclarée        | -4 800€               |
| Revenu imposable                 | 28 800€             | 24 000€               |
| Quotient familial                | 2 parts (alternée)  | 2 parts (alternée)    |
| Impôt brut estimé                | ~1 720 €            | ~1 230 €              |
| Crédit frais de garde (case 7GA) | Oublié              | -450€                 |
| <b>IMPÔT FINAL</b>               | <b>~1 720 €</b>     | <b>~780 €</b>         |

### Résultat pour Karim

Avec une déclaration optimisée, Karim passe d'un impôt de **1 720 €** à seulement **780 €**. Soit une économie de **940 € par an**.  
Juste en remplissant correctement trois cases.

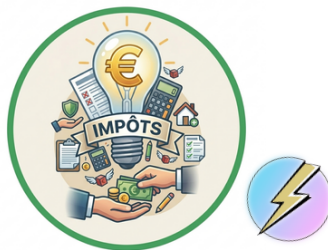




## 07 Le Calendrier Fiscal

Quand faire quoi pour ne rien rater ?

| Période               | Ce que tu dois faire                                                                                                                                                  |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Janvier</b>        | Récupère ton avis d'imposition N-1. Identifie les cases que tu n'as pas remplies l'an dernier.                                                                        |
| <b>Janvier → Mars</b> | Collecte et classe tous tes justificatifs : virements pension, factures garde d'enfants, attestations de frais scolaires.                                             |
| <b>Avril → Juin</b>   | Période de déclaration. Utilise ce guide. Prends le temps de simuler avant de valider. Le simulateur <a href="https://impots.gouv.fr">impots.gouv.fr</a> est gratuit. |
| <b>Juin → Juillet</b> | Si tu as des modifications à faire, c'est encore possible. Après la validation, tu peux corriger jusqu'en décembre.                                                   |
| <b>Septembre</b>      | Vérifie ton avis d'imposition reçu. Comprends chaque ligne. Si quelque chose semble faux, réclame dans les délais.                                                    |
| <b>Toute l'année</b>  | Garde UNE boîte (physique ou numérique) pour tous les justificatifs liés aux enfants et aux versements de pension.                                                    |



## POUR FINIR

Quand faire quoi pour ne rien rater ?

La déclaration d'impôt n'est pas qu'une corvée administrative.  
Pour un papa séparé, c'est une occasion annuelle de récupérer  
des centaines d'euros — légalement — que trop de papas laissent  
sur la table par méconnaissance.

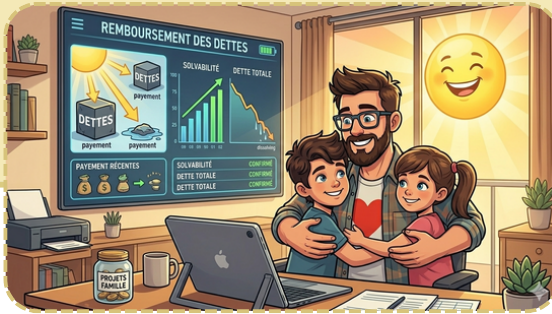
**Tu mérites de payer ce que  
tu dois — pas plus.**

**Greg**

*papa-divorce.com*



**CE GUIDE PEUT DÉJÀ ATTÉNUER CERTAINS DOMMAGES FINANCIERS  
PROVOQUÉS PAR LA SÉPARATION OU LES CONTENIR SI TU LES ACTIVES ET  
QUE TU RENTRES DANS LES CASES... MAIS TU PEUX FAIRE PLUS.**



Ces astuces ne sont que le démarrage d'un processus que je te propose d'explorer ensemble.

Je te propose de découvrir la méthode RAMASSE. Véritable feuille de route complète pour Reprendre ton Argent en Mains Après la Séparation pour tes Enfants, t'aider à sortir de la dette, résorber tes découverts bancaires et construire un système financier solide et le protéger pour ton avenir, tes enfants, ta vie.



**EN SAVOIR PLUS**