

MUMSLEARNING

---

**Tu as travaillé.  
Tu n'as pas été payée.  
Et tu n'oses pas réclamer.**

---

GUIDE PRATIQUE EN 5 ÉTAPES

Récupère ce qu'on te doit — légalement, sans honte, sans avocat.

**Juriste des entrepreneuses**

Organisme Certifié Qualiopi ·

AVANT-PROPOS

# Ce que ce guide va changer pour toi

---

Ce guide a été écrit pour toutes les femmes qui ont travaillé, livré, et attendu un paiement qui n'est jamais venu. Pour celles qui ont envoyé un message poli, puis un deuxième, puis se sont senties bizarres de relancer encore.

La honte de réclamer n'est pas une faiblesse. C'est un conditionnement. On apprend aux femmes à ne pas faire de vagues, à préserver la relation, à ne pas paraître agressives. Ce conditionnement profite exactement à celles qui ne paient pas.

Ce guide ne te demande pas de devenir agressive. Il te demande de connaître tes droits — et de les utiliser.

## CE QUE TU VAS APPRENDRE

Comment fonctionne juridiquement un impayé · Pourquoi la honte n'a pas sa place ici ·  
Quoi écrire, quand et comment · Comment escalader si nécessaire · Comment saisir un tribunal sans avocat

ÉTAPE 1 SUR 5

## Comprends pourquoi tu n'oses pas

---

### La voix dans ta tête

Quand une cliente ne te paie pas, tu ne te dis probablement pas « elle m'a volée ».

Tu te dis :

- "Je ne veux pas paraître agressive ou avide..."
- "C'est peut-être ma faute, j'aurais dû mieux cadrer..."
- "Ça va abîmer la relation si j'insiste..."
- "C'est peut-être difficile pour elle en ce moment..."

Ces pensées sont normales. Elles sont aussi exactement le mécanisme sur lequel comptent les mauvaises payeuses — consciemment ou non.

#### LE CHIFFRE QUI DÉRANGE

68 % des indépendantes déclarent avoir renoncé à relancer un client par peur du conflit. La grande majorité abandonne leur créance en moins de 3 mois. Et pourtant, elles avaient 5 ans pour agir.

### Ce que la honte te coûte vraiment

Renoncer à une créance de 500 €, c'est accepter de travailler gratuitement. Renoncer à 2 000 €, c'est offrir plusieurs semaines de ton temps à quelqu'un qui a choisi de ne pas payer.

La question n'est pas « est-ce que je veux créer un conflit ? ». La question est : « est-ce que je me respecte assez pour réclamer ce qui m'appartient ? »

#### À RETENIR

La honte appartient à celle qui ne paie pas. Pas à celle qui réclame ce qui lui est dû.

## Ce que la loi dit — en clair

---

### Tu as le droit de retenir ton travail

Si tu n'as pas encore livré les fichiers, visuels, documents ou tout autre livrable — tu n'as aucune obligation de le faire tant que tu n'es pas payée.

**Article 1219 du Code civil :** "Une partie peut refuser d'exécuter son obligation, alors même que celle-ci est exigible, si l'autre n'exécute pas la sienne et si cette inexécution est suffisamment grave."

Ce droit s'appelle l'exception d'inexécution. Il est légal, propre, et parfaitement opposable. Tu n'as pas à livrer avant d'être payée.

### Tu as 5 ans pour agir

Beaucoup de femmes croient qu'après quelques mois, il est « trop tard » pour réclamer. C'est faux.

**Article 2224 du Code civil :** La prescription de droit commun est de 5 ans à compter du moment où la créance est exigible.

Si le travail devait être payé à la livraison ou à une date convenue, le délai de 5 ans court à partir de cette date. Tu as largement le temps d'agir.

### Tu n'es pas obligée de lui parler par téléphone

Aucun texte ne t'oblige à répondre à un appel téléphonique ou à engager une conversation orale avec ta débitrice. Tu peux décider de ne communiquer que par écrit — et c'est même fortement conseillé.

Chaque échange écrit est une preuve. Chaque message oral ne l'est pas.

#### Ce que je recommande :

Intégrer légalement une clause dans les documents pour prévenir cette situation.

ÉTAPE 3 SUR 5

## Le mail de relance qui obtient une réponse

---

### Avant d'envoyer : ce qu'il faut avoir

- La facture ou le devis signé (ou la preuve de la commande)
- La date d'échéance prévue — ou la date de livraison
- Le montant exact dû
- Les échanges précédents (mails, messages, etc.)

*Tu comprends pourquoi avoir tous tes documents juridiques de façon légale est super important*

### Ce que doit contenir ta relance

Une bonne relance est courte, factuelle et ferme. Elle contient exactement quatre éléments :

- Le numéro et le montant de la facture concernée
- La date d'échéance dépassée
- Un délai de règlement clair — 8 à 15 jours maximum
- Une mention que tu engageras des démarches en l'absence de réponse

#### CE QU'IL NE FAUT PAS ÉCRIRE

Ne t'excuse pas d'envoyer cette relance. Ne dis pas « je suis désolée de te déranger ». Ne propose pas de délai supplémentaire dans ce premier message. Reste factuelle et professionnelle.

Envoie par email avec un objet clair mentionnant le mot « relance » et le numéro de facture. Un objet vague sera ignoré. Si elle ne répond pas sous 8 à 15 jours, passe directement à l'étape suivante. **L'absence de réponse est une réponse.**

## La mise en demeure — quand et comment

### Quelle différence avec une relance ?

Une relance est un rappel amiable. Une mise en demeure est un acte juridique formel.

Elle :

- Fait courir les intérêts de retard légaux
- Constitue un préalable obligatoire à toute procédure judiciaire
- Prouve que tu as tenté une résolution amiable
- Crée une pression psychologique et légale sur la débitrice

### Quand l'envoyer ?

Si après 8 à 15 jours ta première relance reste sans réponse — ou si la réponse est un refus ou un silence — envoie une mise en demeure par courrier recommandé avec accusé de réception (LRAR).

### Ce qu'elle doit impérativement contenir

- Tes coordonnées complètes et celles de la débitrice
- Le montant exact dû avec le numéro de facture
- La description de la prestation réalisée
- La date d'échéance dépassée
- La référence à ta relance précédente restée sans effet
- Un délai ferme de règlement — 15 jours
- La mention explicite d'une procédure judiciaire en cas de non-paiement

#### BON À SAVOIR

Conserve l'accusé de réception de ta LRAR. C'est une pièce essentielle si tu dois saisir le tribunal. Sans preuve d'envoi, la mise en demeure n'a pas de valeur juridique.

## L'injonction de payer — mode d'emploi

### C'est quoi exactement ?

L'injonction de payer est une procédure judiciaire simplifiée qui permet de récupérer une somme d'argent sans passer par un procès classique. Elle est rapide, peu coûteuse, et ne nécessite pas d'avocat jusqu'à 10 000 €.

### Les conditions pour l'utiliser

- La créance est certaine (tu as une facture, un devis signé, une preuve de commande)
- Tu as envoyé au moins une mise en demeure restée sans effet
- La créance ne dépasse pas 10 000 € (au-delà, procédure identique mais assistance d'un avocat recommandée)

### Comment ça se passe concrètement ?

1. Télécharge le formulaire Cerfa n°12948\*06 sur [service-public.fr](https://service-public.fr)
2. Remplis-le avec le montant dû, tes coordonnées et celles de la débitrice
3. Joins tous tes justificatifs : facture, devis, mails de relance, LRAR
4. Dépose le dossier au greffe du Tribunal judiciaire ou de proximité compétent
5. Le juge examine le dossier sans audience — et rend une ordonnance en quelques semaines
6. Si accordée, l'ordonnance est signifiée à la débitrice par huissier — elle a 1 mois pour contester

#### COÛT TOTAL

Les frais de greffe sont en général de 35 à 50 €. Les frais d'huissier pour signifier l'ordonnance sont d'environ 50 à 80 €. Total : moins de 150 € pour récupérer jusqu'à 10 000 €.

#### BON À SAVOIR

Si la débitrice ne conteste pas dans le mois suivant la signification, l'ordonnance devient exécutoire. Tu peux alors faire saisir ses comptes bancaires ou ses biens par un huissier.

POUR FINIR

# La loi prend ton parti.

---

Tu as maintenant les 5 étapes pour récupérer ce qu'on te doit. La psychologie d'abord, pour comprendre pourquoi tu n'osais pas. Le droit ensuite, pour savoir exactement ce que tu peux faire. Les outils enfin — mails, mise en demeure, procédure.

Mais les outils ne servent à rien si tu ne passes pas à l'action. Le premier pas, c'est souvent le plus dur : envoyer ce premier mail de relance. Une fois fait, le reste suit.

**Ton travail a une valeur. Défends-la.**

---

## Besoin d'aller plus loin ?

MumsLearning propose des formations en droit des affaires spécialement conçues pour les femmes entrepreneurs. Programmes finançables via AIF (France Travail), AGEFICE et OPCO.

- Formations juridiques certifiées Qualiopi
- @mumslearning sur Instagram — contenu juridique gratuit chaque semaine
- Abonnes toi si ce n'est pas déjà fait