



# Webinaire Jeunes parents

29/04/25

*Droits et démarches CAF / CPAM*



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Ille-et-Vilaine



ALLOCATIONS  
FAMILIALES

Caf  
d'Ille-et-Vilaine

# ***De quoi allons-nous parler ?***

- **Des droits et démarches de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)**  
*(soins médicaux de la future maman, des indemnités journalières, des congés...)*
- **Des droits et démarches de la Caisse d'Allocations Familiales (Caf)**  
*(la prestation d'accueil du jeune enfant, etc.)*
- **Des sites utiles**



# Des outils utiles pendant la grossesse :

ameli.fr



Assuré Professionnel de santé Entreprise Qui sommes-nous ? Carrières Études et données Presse

Menu  Rechercher Se connecter

Assuré > Droits et démarches > Parentalité\_couple > Maternité, paternité, adoption

[< Retour](#)

## Maternité, paternité, adoption

- Grossesse : démarches et accompagnement
- Durée du congé maternité
- Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant
- Congé de paternité et d'accueil de l'enfant en cas d'hospitalisation de l'enfant
- Adoption : les conditions du congé
- Déclaration de son enfant à l'Assurance Maladie
- Accouchement et retour à domicile : prise en charge et accompagnement
- Congé parental d'éducation pour le salarié : conditions et protection sociale



Assuré Professionnel de santé Entreprise Qui sommes-nous ? Carrières Études et données Presse

Menu  Rechercher Se connecter

Assuré > Santé > Devenir parent > Grossesse > Grossesse en bonne santé

[< Retour](#)

## Grossesse en bonne santé

- Grossesse et alimentation
- Grossesse et activité physique
- Grossesse et environnement
- Tabac, alcool, drogue et grossesse
- Médicaments et grossesse
- Grossesse : suivi médical et accompagnement



### Mon compte ameli

Consulter mes remboursements, faciliter mes démarches...

→ [Accéder à mon compte ameli](#)

mon  
ESPACE  
SANTÉ

# Le 1er trimestre de grossesse

Début de la grossesse

3ème mois

## Déclarer votre grossesse

Une fois la grossesse confirmée :



Prendre rendez-vous chez votre généraliste, gynécologue ou sage-femme pour un **premier examen prénatal**.

À l'issue de cet examen, le professionnel de santé effectue la **déclaration de votre grossesse** en ligne ou sur un formulaire papier. Si la déclaration se fait via le formulaire papier, compléter les informations vous concernant et adresser :

- le volet rose à votre caisse d'Assurance Maladie ;
- les deux volets bleus à votre caisse d'allocations familiales (Caf).

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

## Consultation de prévention

Pris en charge à  
**70%**  
par l'Assurance  
Maladie

## Planifier la 1ère échographie

Informer de votre grossesse

Mettre à jour votre carte Vitale





# LA SAGE FEMME RÉFÉRENTE



**INFORMER**



**ACCOMPAGNER**



**PRÉVENIR**



**COORDONNER**



# Le 2ème trimestre de grossesse

## 4ème mois

Planifier votre 2ème examen prénatal

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

Planifier l'entretien prénatal précoce

Se renseigner sur la maternité envisagée

Conserver toutes les analyses et échographies pour les examens suivants

## 5ème mois

Planifier votre 3ème examen prénatal

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

Planifier la 2ème échographie

Pris en charge à  
**70%**  
par l'Assurance  
Maladie

Si jumeaux ou plus : informer la CPAM

Se renseigner sur la prise en charge de votre séjour en maternité



# COMPLÉMENTAIRE SANTÉ SOLIDAIRE

**Ne payez pas vos frais médicaux  
si vos ressources sont modestes.**



**Vous ne payez pas**



chez le médecin



à l'hôpital



en pharmacie

**Et vous ne payez pas la plupart des lunettes  
et des prothèses dentaires et auditives.**

- Pour y avoir droit : résider en France de façon stable et régulière.
- Elle est attribuée selon vos ressources.
- Les bénéficiaires ne paient pas les frais médicaux, médicaments, équipements et transports.
- Il suffit de présenter sa carte Vitale à jour.



## **Pour les jeunes de -25 ans indépendants :**

Géographiquement (ne pas vivre chez ses parents)

Financièrement (pas de pension alimentaire)

Fiscalement (avoir fait sa propre déclaration)

**La demande de C2S peut se faire sur votre compte Ameli**

# Le 2ème trimestre de grossesse

## 6ème mois

Planifier votre 4ème examen prénatal

Programmer les 7 séances de préparation à la naissance et à la parentalité

Mettre à jour votre carte Vitale

Pris en charge à

**100%**

par l'Assurance  
Maladie

### Focus prise en charge Assurance Maladie

A partir du 1er jour du 6ème mois et jusqu'à 12 jours après l'accouchement, toutes les dépenses de santé sont prises en charge à 100%.



# Le 3ème trimestre de grossesse

## 7ème mois

Planifier votre 5ème examen prénatal

Débuter les 7 séances de préparation à la naissance et à la parentalité

Contacteur un pédiatre ou un médecin généraliste en libéral ou en PMI

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

## 8ème mois

Planifier votre 6ème examen prénatal

Planifier la 3ème échographie

Planifier votre rendez-vous avec l'anesthésiste pour l'accouchement

Préparer votre valise pour la maternité

Préparer votre retour à domicile après l'accouchement

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie



# Le 3ème trimestre de grossesse

9ème mois

Naissance

Planifier votre 7ème examen prénatal

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

Ne pas s'éloigner du lieu d'accouchement

**Dispositif**  
« Engagement Maternité »



Si > 45 min



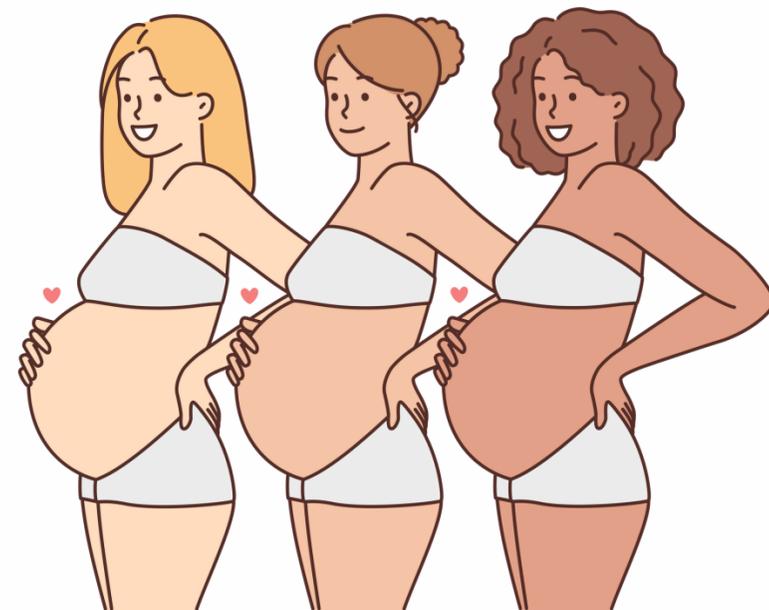
**ALORS :**



5 nuits avant accouchement

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

Transports 8ème/9ème mois



# CONGÉ MATERNITÉ

## Grossesse simple



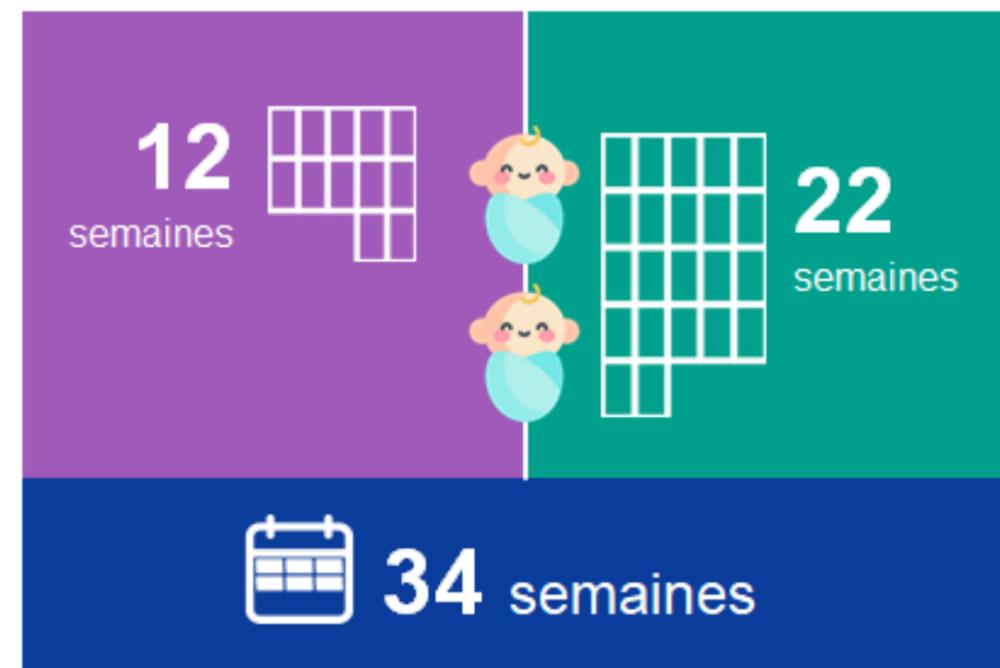
Vous attendez  
votre 1<sup>er</sup> ou  
votre 2<sup>e</sup> enfant



## Grossesse multiple



Vous attendez  
des jumeaux



Pour évaluer le montant des indemnités journalières, il existe un outil de simulation : « estimez vos indemnités journalières maternité ou paternité » de l'Assurance Maladie, disponible sur [Ameli.fr](https://www.ameli.fr).

# CONGÉ PATERNITÉ ET D'ACCUEIL DE L'ENFANT



## Pour qui ?

- **Le père de l'enfant** qu'il vive ou non avec l'enfant et/ou avec la mère de l'enfant
- **La personne**, peut importe son genre, **vivant majoritairement avec la mère de l'enfant** indépendamment de l'existence d'un lien de filiation avec l'enfant



# Naissance simple

En une seule fois



OU

De manière fractionnée



*Reprise travail puis*



# Naissance multiple

En une seule fois



OU

De manière fractionnée



*Reprise travail puis*



# DOCUMENTS À TRANSMETTRE

ameli.fr



[Accès : Accueil > Droits et démarches > Parentalité, couple > Maternité, paternité, adoption > Durée du congé maternité](#)

[Accès : Accueil > Droits et démarches > Parentalité, couple > Maternité, paternité, adoption > Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant](#)

***Pour plus de précisions, nous vous invitons à prendre un rendez-vous individuel et personnalisé via votre compte Ameli.***



# Et quand bébé est né ?

J5



**Naissance**

**Déclarer la naissance de votre enfant à l'Assurance Maladie, la CAF et la mutuelle**

**Mettre à jour vos cartes Vitale**

**Déclarer la naissance de votre enfant à l'état civil**



**Compte Ameli.fr**  
(rubrique « mes démarches »)



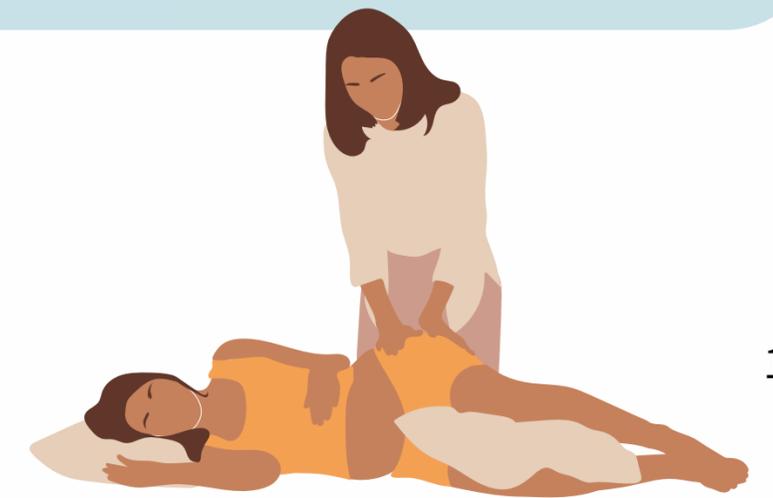
**Téléphone au 3646**



**Courrier**  
(formulaire S3705 disponible sur ameli.fr.)

**Prendre rendez-vous avec une sage-femme**

*Vous avez la possibilité de rattacher l'enfant sous le dossier d'un ou des deux parents.*



# Et quand bébé est né ?



J8

1er mois

2ème mois

3 mois 1/2

## Pour bébé :

**Premier examen de santé de bébé**  
*Dans les 8 jours*

**Examen du 1er mois de l'enfant**

**Examen du 2ème mois de l'enfant**

## Pour maman :

**Planifier votre entretien postnatal précoce**  
*Entre 4 et 8 semaines*

Pris en charge à  
**70%**  
par l'Assurance  
Maladie

**Planifier votre consultation médicale postnatale**  
*Entre 6 et 8 semaines*

Pris en charge à  
**100%**  
par l'Assurance  
Maladie

**Planifier vos séances de suivi postnatal**  
*Entre J8 et 14 semaines*

# Le suivi médical de l'enfant



## *Le carnet de santé :*

- **Les vaccins obligatoires :**  
*11 maladies, 6 rendez-vous vaccinaux entre 0 et 18 mois.*
- **20 examens de santé obligatoires**  
*de la naissance à 16 ans, pris en charge à 100% dont 13 examens avant l'âge de 24 mois.*
- **6 examens bucco-dentaires :**  
*3, 6, 9, 12, 15 et 18 ans*



## Important

*Le carnet de santé est un outil essentiel au suivi médical de l'enfant, il est nécessaire de l'apporter à chaque rendez-vous.*

# Caisse d'Allocations Familliales



# Vos droits et démarches



## L'offre de service de la Caf Pour les parents d'enfants 0-3 ans



# Les modes d'accueil

Le choix du **mode d'accueil** de vos enfants se fait en fonction de vos attentes et de vos besoins, qu'ils soient réguliers ou occasionnels.

Les accueils **collectifs** comprennent les **crèches**, les **micro-crèches**, les **haltes-garderies...**

L'accueil individuel comprend les **assistants maternels**, les **maisons d'assistants maternels** et les **gardes d'enfants à domicile**.

Tous ces modes d'accueil sont payants. La Caf vous aide néanmoins à réduire votre reste à charge.

Pour vous aider dans votre choix, les **Relais petite enfance (RPE)** sont à votre disposition **près de chez vous**.



# Les Relais Petite Enfance (RPE)

Les **Relais Petite Enfance** sont des lieux d'information et d'accompagnement qui s'adressent aussi bien aux parents qu'aux professionnels de la petite enfance.

Ils vous proposeront des informations générales, mais également personnalisées sur :

- **l'offre d'accueil** la plus adaptée à vos attentes et à vos besoins.
- **Les démarches** à réaliser pour embaucher un assistant maternel,
- **les droits et obligations** du parent employeur
- **les aides** dont vous pourrez bénéficier.

Ils accompagnent aussi les assistants maternels dans leur pratique, en organisant des ateliers d'éveil en présence des enfants.

Les Relais Petite Enfance sont **gratuits et ouverts à tous**.

Il existe 43 Relais Petite enfance répartis sur tout le département.  
Pour connaître et contacter le RPE de votre secteur, rendez-vous sur



# Les Lieux d'Accueil Enfants-Parents (LAEP)

Les Lieux d'accueil enfants-parents sont des **lieux de rencontres**, d'**écoute** et d'**échanges** pour les parents accompagnés de leurs jeunes enfants, âgés de 0 à 6 ans. Ils accueillent également les futurs parents et les parents en congé maternité/paternité/parentaux.



Vous y trouverez :

- la **possibilité d'échanger** entre parents et/ou avec des professionnels sur l'éducation des enfants, et plus globalement sur votre « rôle » de parent,
- un **espace de socialisation** pour votre enfant, afin qu'il se prépare à la vie en collectivité, notamment avant son entrée à l'école,
- des **jeux mis à disposition**, choisis pour favoriser la relation parent-enfant.

Les Laep accueillent les familles de manière **gratuite, anonyme et sans inscription**. Il existe 29 LAEP répartis sur le département. Pour les connaître, rendez-vous sur

# Les lieux ressources parentalité

Les lieux ressources "parentalité" sont des structures dédiées aux parents et futurs parents.

On y trouve des espaces d'information et de ressources proposés par des professionnels. Des ateliers parents-enfants, des espaces d'échanges entre parents, des conférences peuvent également y être organisés.

Certains ont un label spécifique « 1 000 premiers jours ».

Il existe 4 lieux-ressources dans le département:

- La Maison des Familles de l'UDAF à Rennes
- La Maison des Familles de St Jacques de la Lande
- L'espace 1 000 jours à St Malo
- La Maison des Parents du CIAS à l'Ouest de Rennes à Cintré



# Le Programme 1.000 jours, c'est quoi ?

## LES 1000 PREMIERS JOURS, LÀ OÙ TOUT COMMENCE...

Pour vous accompagner au quotidien dans votre nouveau rôle de parent, vous pouvez consulter le livret des 1000 premiers jours.



L'arrivée d'un bébé est aussi un grand bouleversement et peut parfois provoquer une dépression du post-partum.

Pensez à évaluer votre bien-être émotionnel en quelques minutes.



## L'APPLICATION MOBILE 1000 PREMIERS JOURS

L'application 1000 premiers jours accompagne les parents pas à pas, de la grossesse aux deux ans de leur enfant. On peut y trouver :

- Des informations fiables et actualisées ;
- Un questionnaire pour faire le point sur le risque de **dépression du post-partum** ;
- Un calendrier personnalisé pour connaître les rendez-vous importants ;
- Une carte pour localiser les services et les professionnels utiles aux parents.

L'application est un service produit par la DGCS (Ministère des solidarités et de la santé) et la Fabrique du numérique. En savoir plus [\[g\]](#).

Télécharger sur iOS

Télécharger sur Android

# Le Programme Malin\*, c'est quoi ?



## Des conseils sur la nutrition de votre bébé et de la famille Un coup de pouce budgétaire

Bientôt parent ou déjà parent d'un enfant de moins de 3 ans ?

Ce n'est pas toujours facile de donner à votre enfant ce qu'il y a de mieux... Jongler avec les besoins de votre enfant et les contraintes du quotidien peut être difficile notamment sur les questions d'alimentation.

Le **Programme Malin** vous comprend et vous propose :

### ▣ - Des Conseils Pratiques

Des Recettes simples, rapides et pas chères adaptées à l'âge de votre enfant et de toute la famille. Des Astuces sur l'alimentation de votre enfant mais aussi sur les écrans, son sommeil, son activité physique...

### € - Des Bons de Réduction

Des bons de réduction sur des produits adaptés à l'âge de votre enfant et de votre famille, validés par les sociétés savantes de pédiatrie. Des ventes privilégiées sur des ustensiles de cuisine à prix réduit.

Pour en bénéficier – donner suite au mail qui vous sera adressé ou rendez-vous sur [Le Programme MALIN - L'essentiel sur l'alimentation de bébé \(programme-malin.com\)](http://programme-malin.com)

\*sous condition de ressources quotient familial Caf < 835€

# Accompagnement social

**Si vous êtes dans les situations suivantes, un travailleur social de la CAF peut vous accompagner:**

- Parent seul
- Séparation/projet de séparation
- Décès enfant/décès conjoint





# Le suivi médical

de l'enfant



# La Protection Maternelle et Infantile (PMI)

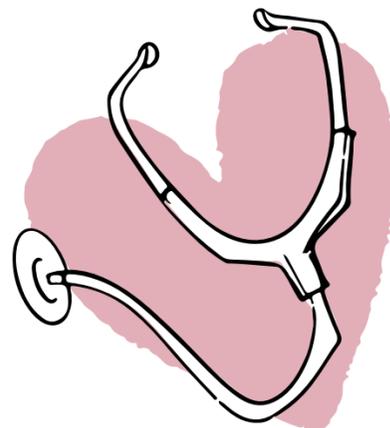
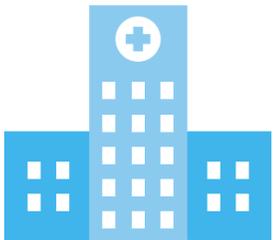
La protection maternelle et infantile (PMI) est une mission réglementaire du Conseil départemental qui s'articule autour de trois axes :

- le suivi de la grossesse et du développement de l'enfant jusqu'à 6 ans
- le soutien à la parentalité
- la qualité et la sécurité des modes d'accueils (assistants maternels, établissements d'accueil du jeune enfant...)

Les services de PMI se trouvent au sein des CDAS (22 sur le département)

Ils se composent de :

- Sage-femmes
- Médecins
- Infirmières-puéricultrices
- Auxiliaires de puériculture
- Assistantes médico-sociales
- Conseillers(eres) conjugaux,ales



# La Protection Maternelle et Infantile (PMI)



## L'accompagnement prénatal

- Visites à domicile par une sage-femme pour accompagner les futurs parents pendant la grossesse (écoute, conseils) et assurer la coordination entre les différents professionnels intervenant autour de la grossesse, si besoin.
- Visites à domicile après l'accouchement (accompagnement du retour à domicile, suites de couches, contraception...)



# La Protection Maternelle et Infantile (PMI)

## L'accompagnement postnatal

- Accompagnement par une infirmière-puéricultrice (visites à domicile ou lors de consultations de puériculture) pour le suivi du développement, le rythme, le sommeil, l'alimentation, les apprentissages de l'enfant ; écoute et conseils en matière de soins, d'allaitement...
- Des actions collectives (ateliers parents-enfants, éveil par le toucher, portage etc...)

Les services de la PMI sont accessibles à tous

L'accompagnement se fera en fonction des besoins de la famille et de l'offre sur le département

les informations sont consultables sur le site [Ille et Vilaine](#) + premières et dernières pages du carnet de santé.

Possibilité de prendre rdv en ligne (via le site internet).



## ***Pour toute question :***

- Se renseigner sur [ameli.fr](https://www.ameli.fr) et poser vos questions sur le forum Ameli
- Réaliser des démarches sur son compte Ameli avec l'assistant virtuel AmeliBot



### **Contacteur un conseiller :**



Par mail, en utilisant l'espace d'échange de votre compte Ameli



Par téléphone

**3646**

Service gratuit  
+ prix appel



Sur rendez-vous dans nos agences (prendre rendez-vous par le compte Ameli, par téléphone)



### ***Transmettre un document :***

*Par courrier à l'adresse de votre caisse d'Assurance Maladie*

## Pour toute question :

- Se renseigner sur  caf.fr
- Réaliser des démarches sur son compte Caf avec l'assistant virtuel ChatBot



### Contacteur un conseiller :



Par mail, en utilisant l'espace d'échange de votre compte Caf



Par téléphone

**3230**

Service gratuit  
+ prix d'appel



Sur rendez-vous dans nos agences (prendre rendez-vous par téléphone ou bien se déplacer dans l'un de nos points d'accueil)



### **Transmettre un document :**

Via votre espace Caf.fr (onglet "A transmettre")

# Quelques liens utiles :

[ameli.fr](http://ameli.fr)



[monenfant.fr](http://monenfant.fr)

 **RENNES  
MÉTROPOLE**



 **Allopolice.fr**



BIENVENUE SUR  
LE SERVICE PAJEMPLOI

 **Urssaf**  
Au service de notre protection sociale