



## Comment utiliser ce parcours :

Cliquez sur une case pour ouvrir son contenu. Pour revenir au parcours, cliquez de nouveau.



CAF



CPAM

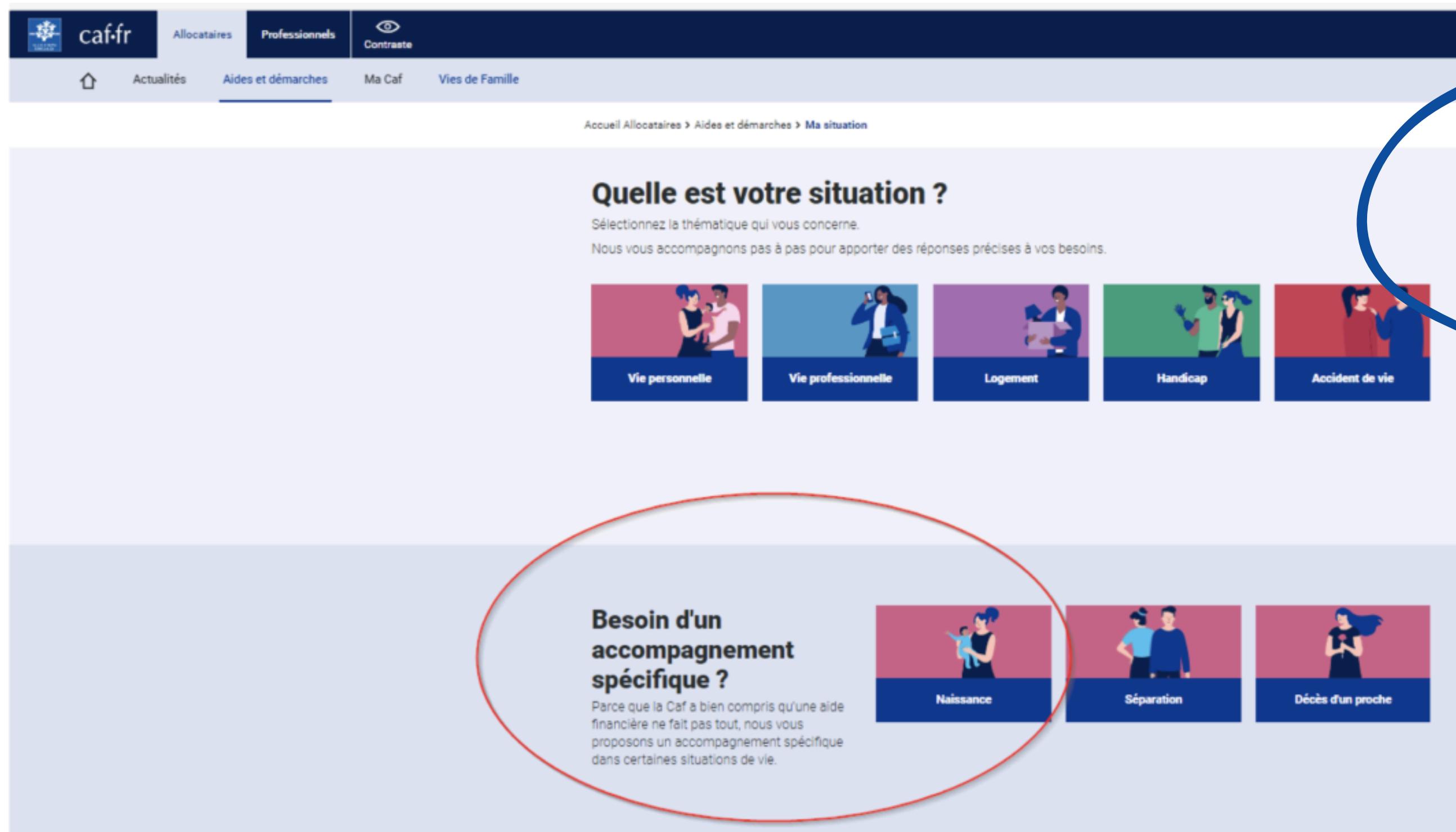


CAF & CPAM



PRÉVENTION

Je suis enceinte → Je peux bénéficier d'un accompagnement spécifique



caf.fr

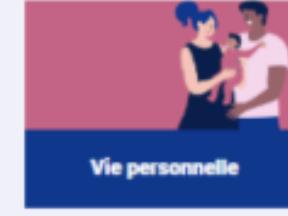
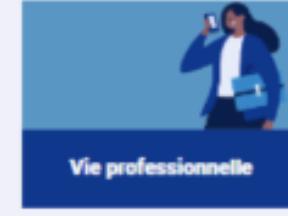
Allocataires Professionnels Contraste

Actualités Aides et démarches Ma Caf Vies de Famille

Accueil Allocataires > Aides et démarches > Ma situation

### Quelle est votre situation ?

Sélectionnez la thématique qui vous concerne.  
Nous vous accompagnons pas à pas pour apporter des réponses précises à vos besoins.

 Vie personnelle  Vie professionnelle  Logement  Handicap  Accident de vie

**Besoin d'un accompagnement spécifique ?**

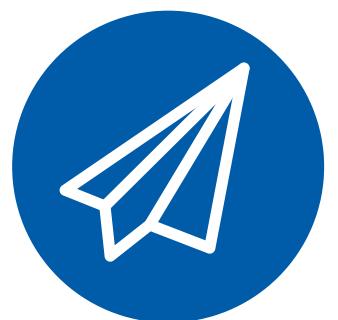
Parce que la Caf a bien compris qu'une aide financière ne fait pas tout, nous vous proposons un accompagnement spécifique dans certaines situations de vie.

 Naissance  Séparation  Décès d'un proche

(Cliquez ici pour vous amener vers l'accompagnement).



À la première échographie, mon professionnel de santé déclare ma grossesse en ligne.



*Si mon médecin me transmet la déclaration au format papier : le volet rose est à adresser à la CPAM et les deux volets bleus à la CAF.*

# Déclaration de grossesse



**l'Assurance  
Maladie**  
Agir ensemble, protéger chacun

Dordogne

Cliquez sur les logos pour accéder aux informations de chaque organisme.

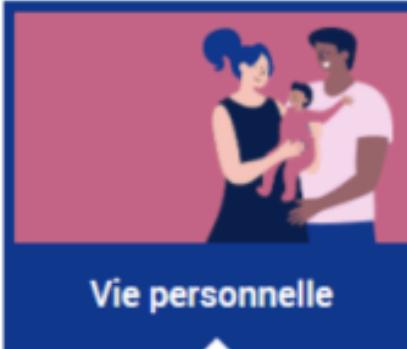


Caf  
de la Dordogne

## Déclarer ma grossesse à la CAF

- Je ne suis pas encore allocataire : je crée mon compte [caf.fr](http://caf.fr) en effectuant une demande de prime à la naissance.

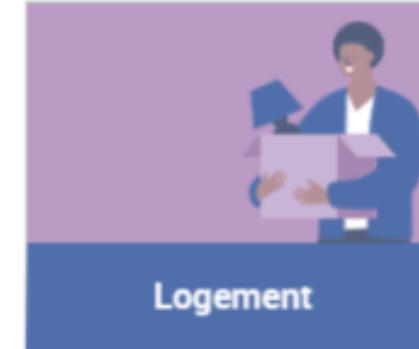
### Faites une demande de prestation en ligne



Vie personnelle



Vie professionnelle



Logement



Handicap



Accident de vie

Sélectionnez la prestation qui vous intéresse

#### Naissance, adoption, recueil d'un enfant

Prime à la naissance



- Je suis allocataire : je mets à jour mon profil depuis mon espace **Mon-compte**

**MON PROFIL**

Vous êtes responsable des démarches vis à vis de la Caf (allocataire).  
**Votre profil a changé ?** Pour mettre à jour votre situation, cliquez sur le crayon.

<b>SITUATION FAMILIALE</b> 	<b>SITUATION PROFESSIONNELLE</b> 
• • •	• • •
<b>ENFANTS ET AUTRES PERSONNES</b> 	
• •	
<b>DÉCLARER UNE GROSSESSE</b> 	<b>DÉCLARER UNE NAISSANCE</b> 
<b>ADRESSE</b> 	<b>ADRESSE MAIL ET TÉLÉPHONES</b> 
• • • •	• • •
<b>COORDONNÉES BANCAIRES</b> 	

Dès l'enregistrement de votre déclaration de grossesse, vous recevez\* votre calendrier maternité mentionnant :



# *Le suivi médical mois par mois*



# *Les dates de votre 100%*



# *Les dates de votre **congé maternité***

\*sur votre compte ameli ou à défaut par courrier.

Pour faciliter vos démarches : <https://pastel.cpam-isere.fr/>

# Ma maternité mois après mois

Avec mon calendrier personnalisé, je retrouve les dates clés de mon suivi de grossesse et je peux anticiper facilement mes rendez-vous.

Les sept examens obligatoires, les séances de préparation à la naissance et à la parentalité dont l'entretien prénatal précoce sont pris en charge à 100% dès le début de la grossesse.

## Mon suivi médical

Avant la fin du 3 <sup>e</sup> MOIS	4 <sup>e</sup> MOIS	5 <sup>e</sup> MOIS	6 <sup>e</sup> MOIS	7 <sup>e</sup> MOIS	8 <sup>e</sup> MOIS	9 <sup>e</sup> MOIS	
<b>1<sup>er</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 06/01/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>2<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 31/03/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>3<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 30/04/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>4<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 31/05/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>5<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 30/06/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>6<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 31/07/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>7<sup>e</sup> EXAMEN PRÉNATAL</b> Du 31/08/1900 jusqu'au #NOMBRE!	<b>Examen des 8 semaines après l'accouchement</b>
<b>1<sup>er</sup> ÉCHOGRAPHIE</b> Du 25/02/1900 jusqu'au 22/03/1900	<b>2<sup>e</sup> ÉCHOGRAPHIE</b> Entretien prénatal précoce. Bilan prénatal de prévention. Je pense à prendre rendez-vous.	<b>3<sup>e</sup> ÉCHOGRAPHIE</b> Du 28/04/1900 jusqu'au 06/05/1900				<b>4<sup>e</sup> ÉCHOGRAPHIE</b> Début des sept séances de préparation à la naissance et à la parentalité	
						<b>5<sup>e</sup> ÉCHOGRAPHIE</b> Du 07/07/1900 jusqu'au 17/08/1900	

## Mon congé maternité (selon ma situation connue en CPAM\*)

1 <sup>er</sup> ou 2 <sup>e</sup> ENFANT	NAISSANCE MULTIPLES - JUMEAUX	NAISSANCE MULTIPLES - TRIPLES ET +	A PARTIR DU 3 <sup>e</sup> ENFANT
Du 15/08/1900 jusqu'au 08/12/1900	De 08/07/1900 jusqu'au 02/03/1901	De 15/04/1900 jusqu'au 02/03/1901	De 05/08/1900 jusqu'au 02/02/1901

\* 0 enfant(s) à charge ou déjà mis au monde

Pour mettre à jour votre situation, veuillez contacter votre CPAM.

Pendant ce congé, je peux, sous certaines conditions, bénéficier d'indemnités journalières.

## Pour les travailleuses indépendantes

1) Pour bénéficier de leur congé maternité, les femmes travailleuses indépendantes doivent absolument s'inscrire à leur CPAM, les feuilles contenus dans le carnet de prestations maternité sont à déclarer sur leur site.

2) Il leur sera possible de modular leurs périodes de congé maternité.

DATE PRÉSUMÉE DE GROSSESSE :

N° de sécurité sociale :

Nom  
Prénom

Période de prise en charge à 100% pour toutes les dépenses de santé  
(du 1er jour du 6<sup>e</sup> mois jusqu'au 12<sup>e</sup> jour après l'accouchement)

Du 31/05/1900 Au 12/10/1900

## Le suivi médical de mon enfant

<b>EXAMEN DANS LES 8 JOURS SUIVANT LA NAISSANCE</b>	<b>EXAMEN AU COURS DE LA 2<sup>e</sup> SEMAINE SUIVANT LA NAISSANCE</b>
Avant le 08/10/1900	Du 09/10/1900 jusqu'au 14/10/1900

Du  
15/10/1900  
jusqu'au  
#NOMBRE!

## Des podcasts créés pour vous

*L'assurance maladie a enregistré plusieurs podcasts qui peuvent vous guider pendant votre grossesse, l'accouchement et les premiers mois de vie de votre bébé.*

### 3, 2, 1... Parents !

- #1 Parcours de grossesse
- #2 Les professionnels de santé
- #3 Prendre soin de sa santé mentale
- #4 Grossesse et travail
- #5 Se préparer à la parentalité
- #6 Polluants du quotidien
- #7 L'accouchement
- #8 Santé de l'enfant
- #9 Santé des parents
- #10 Le sommeil

### 3, 2, 1... Parents !

14 novembre 2025

X f in



« 3, 2, 1... Parents ! », le podcast de l'Assurance Maladie qui accompagne les futurs parents sans stress : des réponses claires, des conseils concrets, pour prendre soin de vous... et de votre bébé.

Suivi médical, santé mentale, accouchement, grossesse et travail, santé du nourrisson ... Autant de sujets qui peuvent inquiéter ou simplement questionner. Avec Anne Kammerer, sage-femme libérale, et des experts médecin, psychologue, infirmière ou chercheur, la journaliste Pauline Verduzier vous donnent toutes les informations à savoir dans ce moment si particulier de la grossesse et du postpartum.

*Vous pouvez retrouver la totalité des podcasts [ici](#)  
Mais aussi à retrouver sur les plateformes d'écoute :*



ÉCOUTER SUR SPOTIFY



ÉCOUTER SUR DEEZER



ÉCOUTER SUR APPLE PODCAST



ÉCOUTER SUR YOUTUBE



ÉCOUTER SUR AMAZON MUSIC



ÉCOUTER SUR ACAST

# Mail de présentation du Parcours d'arrivée de l'enfant

Après avoir déclaré votre grossesse à la Caf et à la Cpam, cette dernière est enregistrée.

Vous recevez alors un mail de présentation du parcours arrivée de l'enfant, qui contient:

- le lien de cette page qui vous servira de guide dans vos démarches,
- le lien vers le parcours interactif



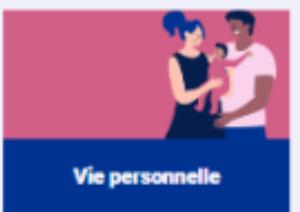
## Parcours interactif

- la date d'un webinaire (séance d'information collective en ligne) qui se déroule autour du 6ème mois de grossesse et pour lequel vous recevrez une invitation le mois précédent.

### Quelle est votre situation ?

Sélectionnez la thématique qui vous concerne.

Nous vous accompagnons pas à pas pour apporter des réponses précises à vos besoins.



Vie personnelle



Vie professionnelle



Logement



Handicap



Accident de vie

### Besoin d'un accompagnement spécifique ?

Parce que la Caf a bien compris qu'une aide financière ne fait pas tout, nous vous proposons un accompagnement spécifique dans certaines situations de vie.



Naissance



Séparation



Décès d'un proche

## Mettez à jour votre **carte vitale** !

La prise en charge à 100% débute le **1er jour du 6ème mois** de la grossesse et se termine **12 jours après l'accouchement**.



*Le remboursement des frais médicaux à 100% avec dispense d'avance de frais.*



*La prise en charge des frais d'hospitalisation pour l'accouchement.*

## Activation de l'espace “J’attends un enfant” côté CPAM

**Bienvenue dans votre espace « J’attends un enfant »**

**Activation du service**

 L'activation du service « J’attends un enfant » vous permet d'accéder à un calendrier de suivi personnalisé et à des conseils adaptés à votre situation. Ce service pratique et évolutif vous accompagne au fil des mois de votre grossesse. **À tout moment, vous avez la possibilité de désactiver ce service.**

**ACTIVER LE SERVICE**



### Bienvenue dans votre espace « J’attends un enfant »

#### Le 4<sup>ème</sup> mois de votre grossesse

Date présumée d'accouchement : le 08/08/2020

#### Mes rendez-vous chez mon médecin ou ma sage-femme :

- Ma 1<sup>re</sup> séance de préparation à la naissance
- Ma 2<sup>eme</sup> consultation de suivi chez mon médecin ou ma sage-femme

#### Mes examens :

- La sérologie toxoplasmose est à nouveau prescrite si la précédente était négative.
- L'analyse d'urine à la recherche de protéine et de sucre est à renouveler.
- Mon examen bucco-dentaire. Pour en savoir plus je consulte le site de l'Assurance Maladie. Je peux aussi télécharger :

#### Je pense à prendre RDV chez mon médecin ou ma sage-femme pour :

- Ma 2<sup>eme</sup> échographie entre le 04/03/2020 et le 14/04/2020
- Ma 3<sup>eme</sup> consultation de suivi chez mon médecin ou ma sage-femme

#### Pense-bête :

- Je fais attention aux délais d'inscription pour la maternité. Je prends contact le plus tôt possible avec la maternité conseillée par mon médecin ou ma sage-femme
- Le papa peut bénéficier d'un examen de santé avant la fin du 4<sup>ème</sup> mois.
- Consulter le guide « Ma maternité » (PDF, 2,6 Mo)

#### Mon congé maternité :

- Pour connaître le montant de mes indemnités journalières, je peux utiliser le [simulateur](#)

\*Ces informations peuvent varier en fonction de votre état de santé et de celui de votre enfant.

Les informations ci-dessus ne sont pas exhaustives. En fonction de votre état de santé, votre sage-femme ou votre médecin peut être amené à vous prescrire d'autres examens de suivi.

#### BON A SAVOIR

Médicaments, alcool, tabac, évitez les risques

Certains médicaments, l'alcool ou le tabac ont un effet néfaste sur le développement de votre bébé. Durant toute votre grossesse, il est donc impératif de cesser de boire toute boisson alcoolisée, de fumer ou de prendre des médicaments sans prescription médicale.

[Pour en savoir plus >](#)

#### MES BONS REFLEXES

- Je ne prends plus aucun médicament sans l'avis de mon médecin traitant
- Je surveille de plus près mon alimentation
- Je ne bois plus d'alcool, je ne fume plus jusqu'à la fin de ma grossesse. Je me fais aider pour arrêter ma consommation.

[\(Cliquez ici pour vous amener vers l'espace\).](#)



Activer votre espace “*J'attends un enfant*” depuis  
votre [compte ameli](#).



*Vous **accompagne** tout au long de votre grossesse*

---



*Vous propose un **rappel** des rendez-vous médicaux*



*Mise à votre disposition d'un **simulateur congé maternité***



*Dispositif engagement maternité - si vous habitez à **plus de 45 mins d'une maternité**, parlez-en à votre médecin*

## Le **Frottis** de dépistage du cancer du col de l'utérus c'est :



*Tous les 3 ans de 25 à 30 ans*



*Tous les 5 ans de 30 à 65 ans*



*Parlez-en au professionnel de santé qui **vous suit** !*

*Pensez à respecter les **délais recommandés** même  
si vous êtes enceinte.*

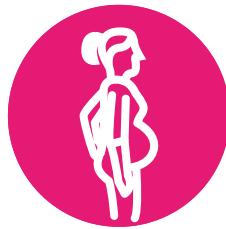
Une fois votre grossesse confirmée, vous bénéficiez :



*De consultations mensuelles*



*D'un entretien prénatal précoce*



*De plusieurs échographies*



*D'examens biologiques*

Pour en savoir plus, [cliquez ici.](#)

## La prévention bucco dentaire gratuit c'est :



*Des examens et sensibilisation à l'**hygiène bucco dentaire** pour **la mère et l'enfant***



*Une invitation envoyée par la **CPAM***



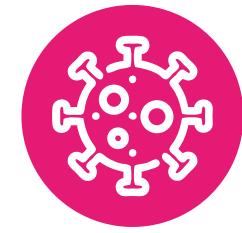
*du 4ème de grossesse jusqu'au 6ème mois après  
l'accouchement*

Rendez-vous et soins éventuels pris en charge **à 100%**

Plusieurs vaccins sont recommandés au cours de la grossesse :



*La vaccination contre la **coqueluche** est recommandée à partir du **2ème mois de grossesse***



*En **saison hivernale**, la vaccination est recommandée contre la **grippe, la COVID et la bronchiolite***

*Parlez-en au professionnel de santé qui vous suit*

Pendant la grossesse, évitez la consommation **d'alcool, de tabac et de drogue.**

Evitez de prendre des médicaments sans **avis médical.**

→ *cela peut avoir des conséquences graves sur le développement de votre bébé.*

Parlez en au professionnel de santé qui **vous suit.**



**ALCOOL  
INFO  
SERVICE.FR**  
**0 980 980 930**  
7/7 de 8h à 2h  
appel anonyme et non surtaxé

**DROGUES  
INFO  
SERVICE**

L'activité physique est recommandée pendant la grossesse :



Pratiquer une **activité physique quotidienne**,  
selon votre état de santé



Privilégier la **marche** (30 minutes par jour) ou la **natation**



Éviter les **sports violents** ou à **risque de chute**



Une alimentation **variée et équilibrée** couvre les besoins en nutriments de la mère et du bébé



Favoriser les **fruits, les légumes, les produits laitiers, les féculents et les poissons** : aliments bénéfiques à votre santé

→ *Privilégiez si possible les produits locaux, de saison et produits bio.*



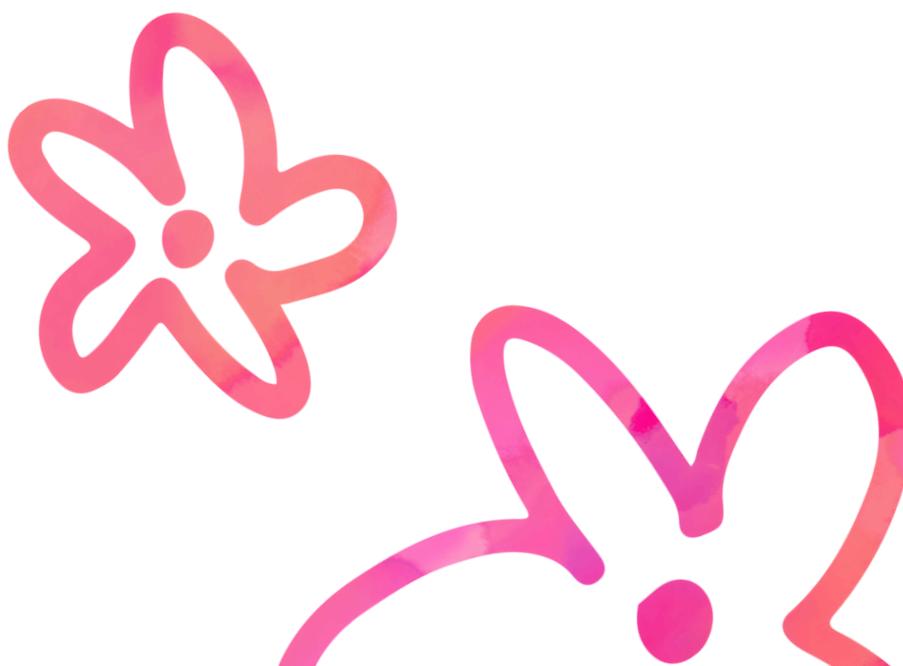
Limiter les produits sucrés, salés ou trop gras



Boire de l'eau à volonté



Avoir le réflexe Nutriscore



## Se protéger des perturbateurs endocriniens c'est :



Priorisez l'utilisation de produit Eco labellisés.



Limitez l'utilisation des plastiques



Aérez régulièrement votre lieu de vie

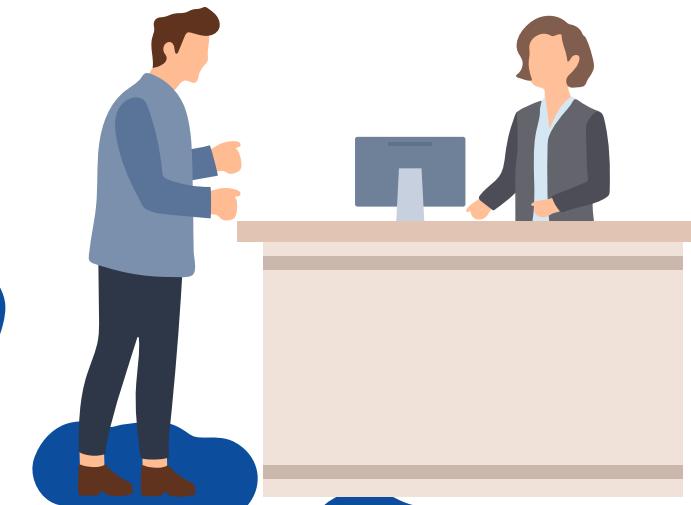
Et donc créer un milieu sain pour vous et votre bébé.

→ *Plus de conseils sur les 1000 premiers jours*

# 6ème mois

À partir du 6ème mois de grossesse : la Caf prend contact avec vous si vous êtes en situation d'isolement, de précarité ou porteur de handicap, ou si c'est votre première grossesse :

- Un rdv individuel vous est proposé par téléphone ou dans un de nos lieux d'accueil, pour faire une étude de vos droits potentiels et vous aider dans vos démarches



Vous pouvez bien sûr prendre rdv avec la Caf par téléphone ou sur un de nos lieux d'accueils :

**Périgueux** : du lundi au vendredi de 8h30-11h50 et 13h00-16h

**Bergerac** : du lundi au vendredi de 9h-12h et 13h00-16h

**Montpon-Ménestérol** : mardi de 9h-12h et 14h-17h, mercredi 9h-12h et 14h-16h

**Sarlat La Canéda** : lundi et jeudi 13h30-16h, mardi 8h30-12h00 et 13h30-15h

## Webinaire informatif

Autour de votre 6ème mois de grossesse la Caf et la Cpam vous invitent à suivre un webinaire (conférence, un séminaire ou une présentation en ligne).

Plusieurs intervenants vous expliquent les démarches relatives à la Caf, à la Cpam, mais également à la prévention santé et aux modes de garde.

Ce temps d'information vous permet aussi de poser des questions d'ordre général directement aux intervenants.

Un mois avant ce webinaire, vous recevez une invitation par mail, avec un lien afin de vous inscrire. Quelques jours avant, vous êtes relancé par SMS pour ne pas oublier !



# La Prime à la naissance (versée au cours du 7ème mois de grossesse)

L'enregistrement de la déclaration de grossesse permet l'étude du droit à la Prime à la naissance.

Son montant est de 1084,43€.

En cas de grossesse multiple, il y a autant de prime à la naissance que d'enfant à naître.

Les revenus du ménage ou de la personne seule ne doivent pas dépasser le plafond correspondant à la situation familiale et professionnelle.



(Cliquez ici pour plus de détails).

La durée légale du congé maternité varie selon le **nombre d'enfants attendus et déjà eus**.

Son attribution est soumise à **conditions**.

Des documents peuvent être **demandés** par la **CPAM**.

Pour en savoir plus, [cliquez ici](#).

Ou prenez un rendez-vous téléphonique depuis votre [compte ameli](#).



Pensez à **déclarer** votre enfant depuis votre [compte ameli](#).  
pour **faciliter** les remboursements de soins.



**Mettez à jour** votre carte vitale  
une fois l'enfant inscrit.



**Informez** votre **mutuelle**.

Pour faciliter vos démarches : <https://pastel.cpam-isere.fr/>



Rattachez votre **enfant** sur la **carte vitale de l'autre parent** :

- Grâce au téléservice “Inscrire mon enfant sur la carte Vitale de l'autre parent” depuis votre [compte ameli](#).
- Permet l'utilisation de sa **propre carte vitale** pour les rendez-vous médicaux de l'enfant.

L'espace dédié à la santé de votre enfant évolue  
jusqu'à **son adolescence**.

Retrouvez des **conseils personnalisés** sur :



Son développement



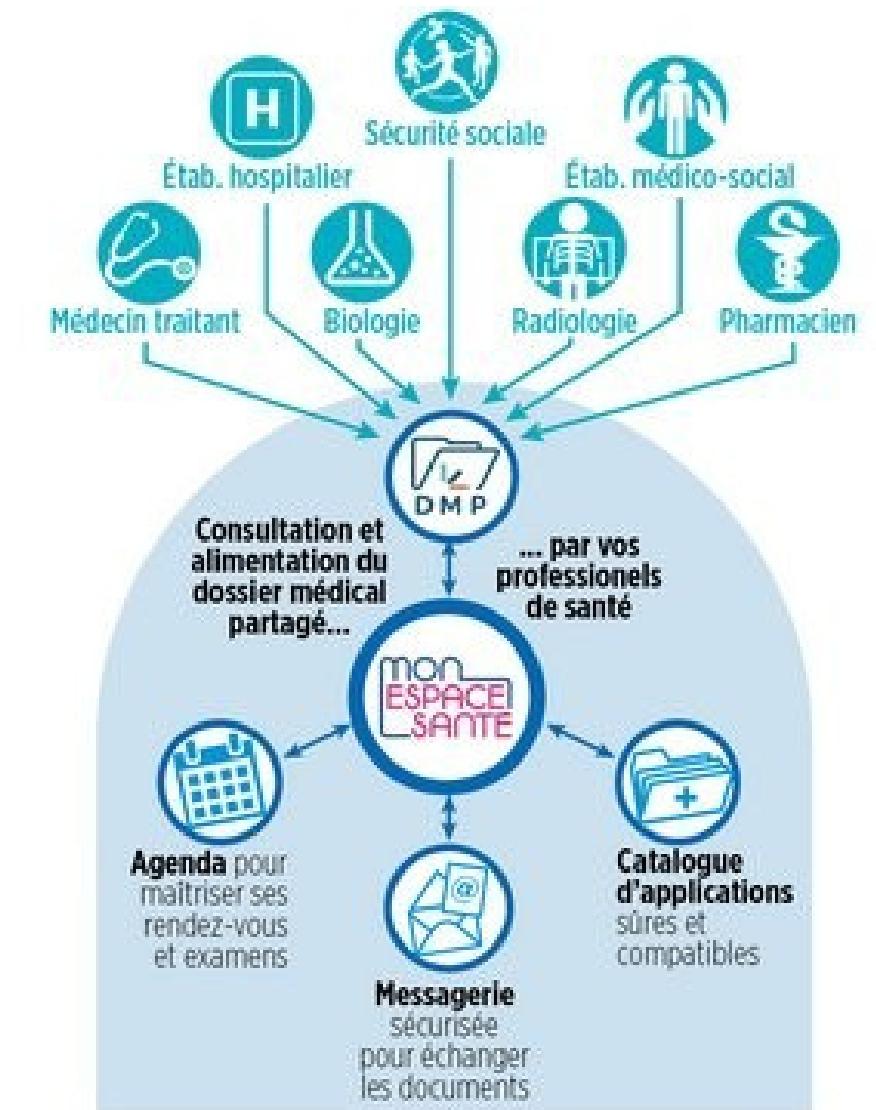
Son suivi médical

Depuis votre [compte ameli](#) !

## Mon espace santé

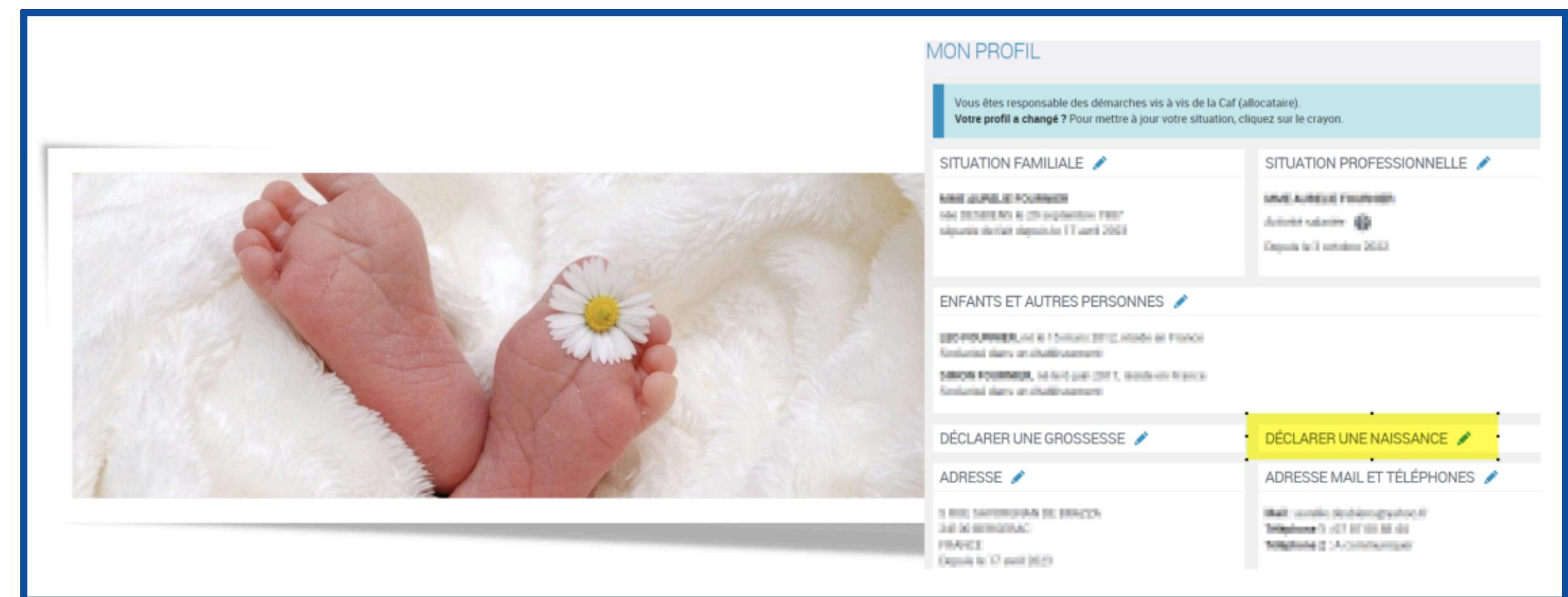


Mon Espace Santé est un espace numérique personnel et sécurisé, proposé par l'Assurance Maladie et le Ministère de la Santé, qui a vocation à devenir le carnet de santé numérique de tous les assurés, grâce à ce service, chacun peut participer activement au suivi et à la préservation de sa santé.



# Je déclare la naissance à la CAF

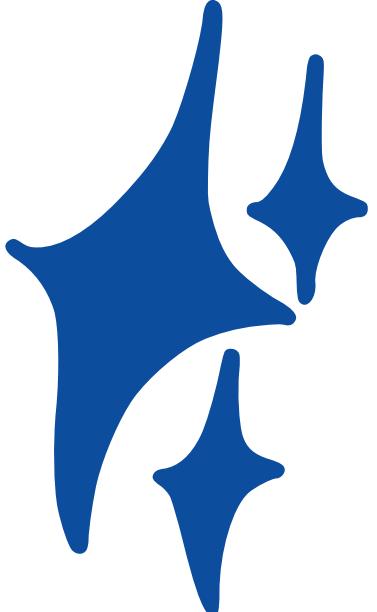
Je mets à jour mon profil depuis mon compte caf.fr  
Je n'ai pas besoin d'envoyer de justificatifs



The image is a composite of two parts. On the left, a close-up photograph of a newborn baby's feet, one of which is holding a small white daisy flower. On the right, a screenshot of the CAF.fr website's profile update interface. The interface shows a 'MON PROFIL' section with a message about being responsible for administrative tasks and a link to update the profile. It includes sections for 'SITUATION FAMILIALE' (with a child named 'MATHIEU POURMBI' born on 10/09/2017), 'SITUATION PROFESSIONNELLE' (with an activity 'Activité salariée' from 01/01/2013), 'ENFANTS ET AUTRES PERSONNES' (listing 'MATHIEU POURMBI' and 'SIMON POURMBI'), 'DÉCLARER UNE GROSSESSE' (disabled), 'DÉCLARER UNE NAISSANCE' (highlighted in yellow), 'ADRESSE' (with 'FRANCE' as the country), and 'ADRESSE MAIL ET TÉLÉPHONES' (with a placeholder address).

## L'allocation de base

Il existe une allocation de base à taux plein (196,60€) ou une allocation de base à taux partiel (98,30€)



Elle est calculée automatiquement après la déclaration de la naissance de l'enfant



- Versée mensuellement à compter du mois suivant la naissance de l'enfant et jusqu'au mois précédent le 3ème anniversaire
- Il ne peut y avoir qu'un seul versement mensuel de l'allocation de base, sauf s'il s'agit d'une grossesse multiple
- Les revenus du ménage ou de la personne seule ne doivent pas dépasser le plafond correspondant à la situation familiale et professionnelle

[\(Cliquez ici pour plus de détails\)](#)

De la **naissance** à ses **16 ans**, votre enfant bénéficie de **20 examens de santé** pour faire le point sur son développement.

→ Les rendez-vous sont pris en charge à 100%

Pour plus d'infos : [ameli.fr](http://ameli.fr)

Après la naissance, restez **vigilant** à l'environnement de votre enfant :



Lavez les vêtements et doudous avant utilisation



Préférez les biberons en verre



Privilégiez le fait maison

Retrouvez plus de conseils sur les [1000 premiers jours](#)

## Plusieurs vaccins permettent de protéger votre enfant :



***11 vaccins obligatoires de 0 à 18 mois***



***En période hivernale, il existe deux traitements préventifs contre la bronchiolite***



***Retrouvez le calendrier vaccinal sur le site [ameli.fr](http://ameli.fr)***

Trop d'écrans peuvent nuire au développement de votre enfant.



Entre 0 et 3 ans, **favorisez les échanges avec l'entourage, les livres, les jeux...**



La meilleure application pour votre enfant, **c'est vous !**

Chaque femme vit sa grossesse **différemment**, il est normal de ressentir une gamme d'émotions allant du bonheur, à l'inquiétude...



N'hésitez pas à demander de **l'aide à votre entourage**.



Parlez-en à un **professionnel de santé** qui vous accompagne



Le dispositif “*Mon soutien psy*” permet le remboursement de **12 séances** avec un **psychologue conventionné**.

Pour en savoir plus, [cliquez ici](#).

# La médiation familiale

En cas de difficultés ou de conflits, vous pouvez prendre contact avec un service de médiation familiale pour apaiser ces situations.

Il s'agit d'un temps d'écoute, d'échanges et de négociation encadré par un professionnel qualifié et impartial. Son rôle est de rétablir la communication et de vous aider à trouver des solutions en tenant compte du bien-être de chacun.

caf-fr

Allocataires

Professionnels

Conseils

Actualités

Aides et démarches

Ma Caf

Vie de Famille

Accueil Allocataires > Aides et démarches > Ma situation > Vie personnelle > Je souhaite bénéficier d'une aide et d'un accompagnement à domicile

Retour Situations Vie personnelle

## Je souhaite bénéficier d'une aide et d'un accompagnement à domicile

Co que vous devez faire

Je suis allocataire

Je ne suis pas allocataire

Notre conseil ! Choisissez :

- Je suis allocataire si vous percevez déjà des prestations de la Caf ou si vous allez en percevoir (en cours d'affiliation). Si votre dossier est refusé (fermé), vous êtes toujours considérée comme « allocataire ».
- Je ne suis pas allocataire si vous percevez aucune aide de la Caf et que vous n'avez pas de dossier.

**Bon à savoir !**

Je dois participer financièrement à cette aide en fonction de mon quotient familial. Je peux le retrouver facilement sur mes attestations de paiement consultables dans l'Espace **Mon Compte** ou sur l'appli Caf'Mon Compte.

### La Caf auprès de vous

Le soutien et l'accompagnement à domicile, c'est quoi ? Un accompagnement temporaire des familles dans les relations parent-enfants, l'organisation ou encore l'entretien de la maison, lors d'événements pouvant perturber l'équilibre familial comme une grossesse, une naissance ou une adoption, une séparation, une maladie, un décès... Au moment de votre demande, vous rencontrerez un professionnel du SAAD qui évaluera avec vous, votre

## Aide et accompagnement à domicile, pour retrouver l'harmonie dans le foyer

Votre équilibre familial peut être bousculé par un changement dans vos habitudes du quotidien, en cas de naissance, déménagement, séparation, décès d'un membre du foyer, survenue d'un handicap...

Pour vous aider à retrouver une stabilité, vous pouvez bénéficier d'une aide et d'un accompagnement à domicile assurés par un professionnel diplômé. Il intervient chez vous pour vous soutenir temporairement et pour limiter les risques d'aggravation de la situation. Ce service est payant mais les Caf financent en partie l'intervention du professionnel.

[\(Cliquez ici pour plus de détails\)](#)



**La médiation familiale encourage la coopération plutôt que l'affrontement.**

Accompagnés d'une médiatrice diplômée d'Etat, vous aménagez équitablement vos responsabilités parentales ou familiales et contribuez à l'élaboration de solutions financières et matérielles adaptées aux besoins de chacun.

**Vous restez acteurs des décisions** concernant votre projet de vie, celui de vos enfants, de vos proches et maintenez les rôles parentaux et familiaux.

**ÉVITEZ LES ASPECTS NÉGATIFS D'UNE PROCÉDURE CONFLICTUELLE :**  
**FAITES APPEL À LA MÉDIATION FAMILIALE**

## SERVICE DE MÉDIATION FAMILIALE

**CONTACTER UNE MÉDIATRICE**

LAURENCE TURON  
06 84 48 33 80

AMANDINE AMPILHAC  
06 86 63 54 17

HELÈNE LOEZ  
06 30 55 36 35

[contact.mediationfamiliale@asd24.org](mailto:contact.mediationfamiliale@asd24.org)

**Horaires flexibles pour les rendez-vous**

---



**ASSOCIATION DE SOUTIEN DE LA DORDOGNE**  
61 rue Lagrange-Chancel  
24000 PÉRIGUEUX

<https://www.facebook.com/mediationdordogne>

[www.asd24.org](http://www.asd24.org)



**LA MÉDIATION FAMILIALE**

COMMUNIQUER ET TROUVER DES COMPROMIS, MALGRÉ LE CONFLIT.

Sites	Vendredi
Périgueux	Asd 14h-16h
Bergerac	Asd 9h-12h

# L'aide au répit

C'est la possibilité de bénéficier d'une aide à domicile diplômée et qualifiée pour vous accompagner dans votre rôle de parent.

La participation financière est calculée sur la base de votre quotient familial.

Le congé paternité et accueil de l'enfant s'adresse :

- **Au père de l'enfant** quelque soit sa **situation familiale**, et même s'il ne vit pas avec l'enfant ou la mère.
- À la personne qui **partage** la vie de la mère.

Sa durée maximale est de :

pour une naissance **simple**



pour une naissance **multiple**



Il peut être pris en une **seule** ou **plusieurs fois**, sous **certaines conditions**.

Pour en savoir plus, [cliquez ici](#) ou prenez un **rendez-vous téléphonique** depuis votre [compte ameli](#).

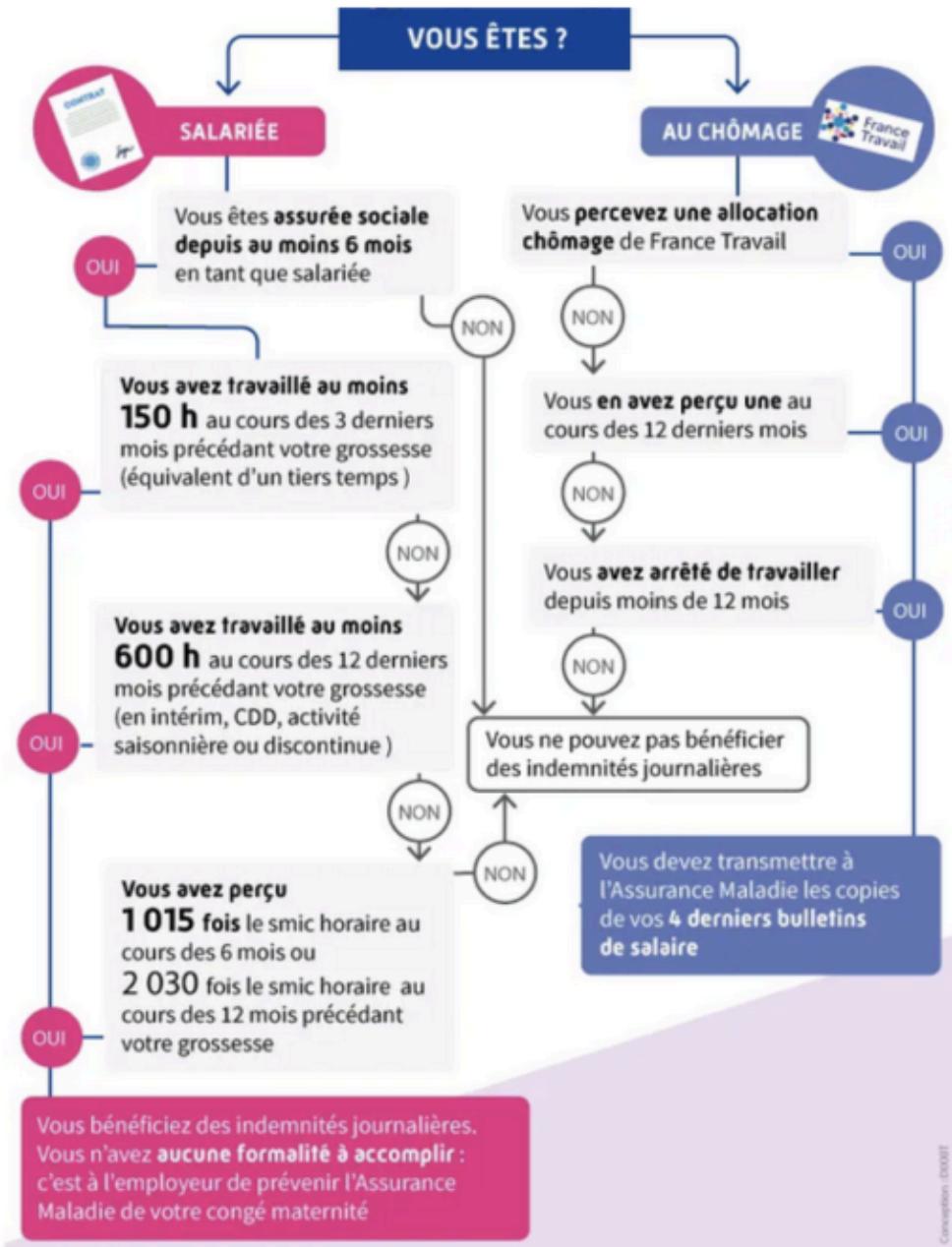
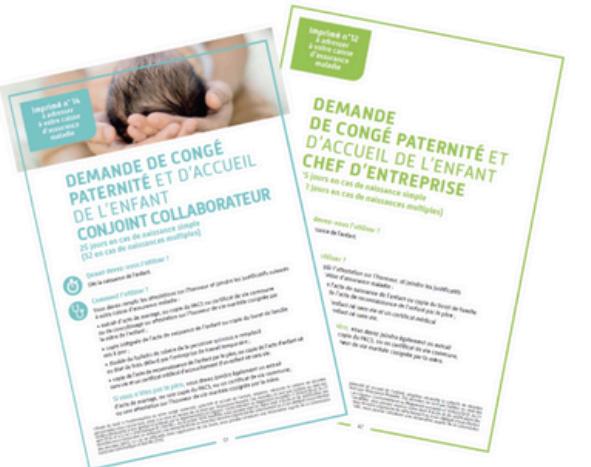
# Indemnités journalières :

Quelles conditions pour bénéficier des indemnités journalières pendant mon congé paternité ?

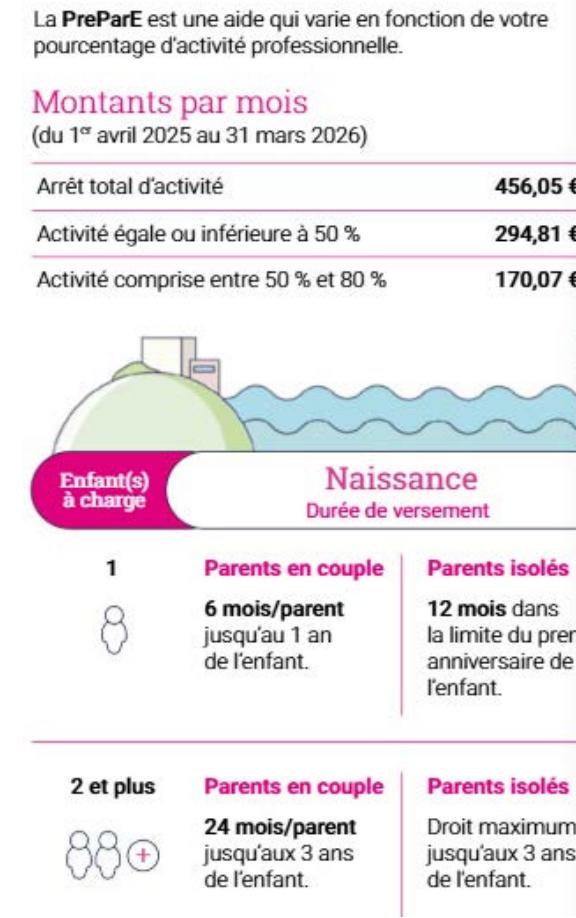
## Vous êtes Travailleur Indépendant ou conjoint collaborateur:

Pour bénéficier du versement des indemnités journalières, vous devez justifier de 6 mois d'affiliation au titre d'une activité indépendante à la date présumée de grossesse ou de début du congé et vous devez déclarer sur l'honneur interrompre toute activité professionnelle.

Vous devez télécharger dans le carnet maternité **l'imprimé n°12** concernant « la demande de congé paternité et d'accueil de l'enfant Chef d'entreprise ». Ou **l'imprimé n° 14** « demande de congé paternité et d'accueil de l'enfant conjoint collaborateur ».



# La PREPARE (Prestation partagée d'éducation de l'enfant) :



- Elle est versée en cas de cessation totale ou partielle d'activité
- Complément attribué par famille.
- L'ouverture et la durée du droit varient en fonction du nombre d'enfant à charge et de la situation professionnelle.
- Condition d'activité antérieure exigée.
- Pas de condition de ressources.
- La demande se télécharge depuis le compte caf.fr

## Durées de droit à la PREPARE :

	Naissances				Adoption						
	Du premier enfant	Simples ou multiples de 2 enfants	Multiples d'au moins 3 enfants	Choix de la PreParE majorée (Ex Colca)	du premier enfant	D'un nouvel enfant âgé de moins de 3 ans	d'un nouvel enfant âgé de plus de 3 ans	simultanée d'au moins 3 enfants	Choix de la PreParE majorée (ex Colca)		
	Rang 1	Rang 2 et 3	Rang 3		Rang 1	Rang 2 et 3	Rang 3				
<b>Familles monoparentales</b>	Pas d'obligation de partage										
<b>Autres familles</b>	Obligation de partage				12* mois à partir de l'arrivée de l'enfant. Si l'enfant est âgé de moins de 3 ans à l'issu des 12 mois, maintien jusqu'aux 3 ans	12* mois à partir de l'arrivée de l'enfant. Si l'enfant est âgé de moins de 3 ans à l'issu des 12 mois, maintien jusqu'aux 3 ans	36* mois à partir de l'arrivée de l'enfant	jusqu'au 1 <sup>er</sup> anniversaire de l'enfant			
	6 mois par parent** dans la limite du premier anniversaire de l'enfant	24* mois par parent** dans la limite du troisième anniversaire de l'enfant	48* mois par parent** dans la limite des 6 <sup>ème</sup> anniversaire de l'enfant	8* mois par parent** dans la limite du premier anniversaire de l'enfant							

\*Inclusion dans les compteurs des mois postnataux indemnisés au titre des ij maternité ou adoption

\*\* Parent au sens large - désigne les deux membres du couple ayant la charge de l'enfant au moment de l'étude du droit (pas de lien de parenté exigé)

# Le CMG (complément mode de garde) :

- Le droit est calculé en fonction de vos revenus par rapport à votre situation familiale et professionnelle.
- Les crèches publiques sont subventionnées par la caf : le montant de leur facture tient déjà compte des aides.
- Concernant les assistantes maternelles ou les gardes à domicile dont vous êtes employeurs direct, à compter du mois de **septembre 2025**, un nouveau mode de calcul permet de réduire le reste à charge des familles. VousE pouvez faire des simulations de votre reste à charge directement sur le site du pajemploi.
- Les cotisations sociales sont prises en charge à 100 %
- A partir du mois de décembre, le complément mode de garde peut être versé à chaque parent en cas deE résidence alternée.
- La demande de complément libre choix du mode de garde se fait en ligne depuis votre espace caf.fr
- Toutes les informations sur les modes de garde, les coûts, les adresses... sur le site : [www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr)



**Vous êtes l'employeur direct**

Vous salarierez une assistante maternelle à son domicile ou une garde d'enfant directement chez vous.

Vous êtes l'employeur de ce salarié, vous devez donc vérifier son agrément, rédiger un contrat de travail et penser à déclarer tous les mois sa rémunération sur [www.pajemploi.urssaf.fr](http://www.pajemploi.urssaf.fr).

Le CMG rembourse une partie de sa rémunération.

**Montants par mois**

Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2025, les forfaits par tranche de revenus et par ge sont supprimés. Le montant de votre CMG s'adapte à votre situation. Il est calculé selon :

	Les ressources mensuelles de votre foyer
	La composition de votre famille
	Le coût horaire de votre salarié
	Le nombre d'heures de garde par mois

Votre Caf prend toujours en charge les cotisations sociales, intégralement ou en partie.

**Vous passez par une structure**

Vous avez recours à un service prestataire de garde d'enfant à domicile, une micro-crèche ou une crèche familiale.

Vous devez conclure avec le gestionnaire du mode d'accueil choisi, un **contrat qui fixe les conditions de garde** de votre enfant et devez payer la facture chaque mois.

Le CMG rembourse une partie de votre facture tous les mois.

**Montants par mois**

(du 1<sup>er</sup> avril 2025 au 31 mars 2026)

<b>Moins de 3 ans</b>	Entre 712,72 € et 984,26 €
<b>De 3 à 6 ans</b>	Entre 356,36 € et 492,13 €

Le montant du CMG dépend du mode d'accueil choisi, du nombre d'enfants à votre charge, de l'âge des enfants gardés et de vos revenus 2023.

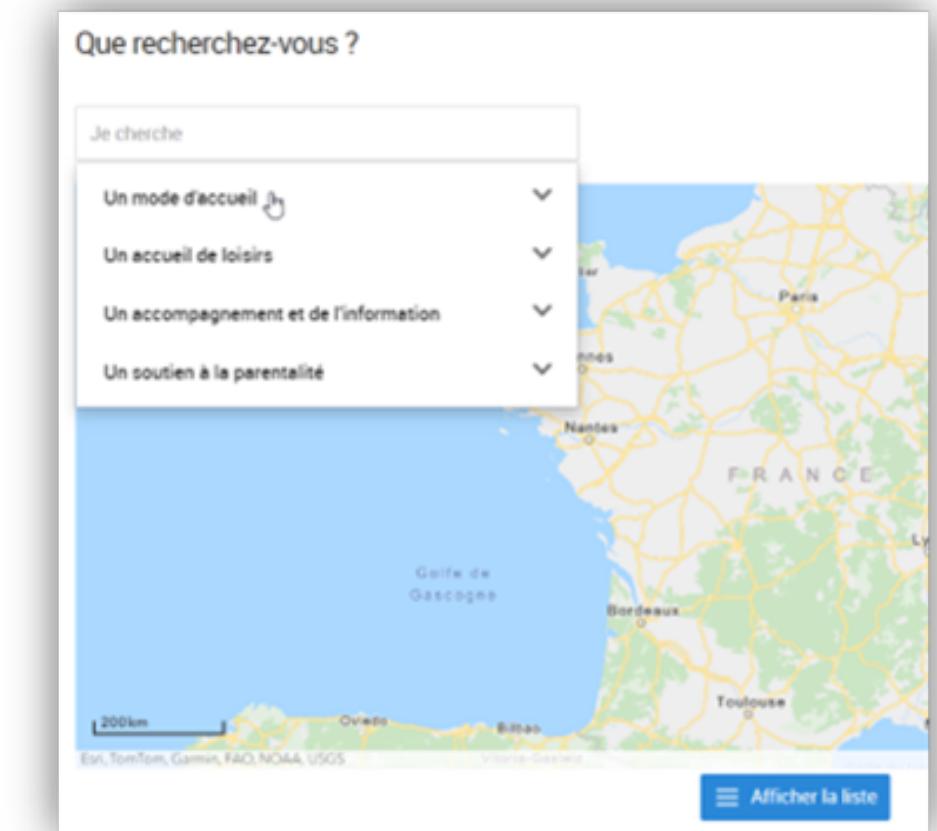


- Rechercher un mode d'accueil

- demander des informations

- articles et conseils sur la parentalité

- liens vers les sites de la Caf, de l'Aripa, de la Msa...



Que recherchez-vous ?

Je recherche

- Un mode d'accueil
- Un accueil de loisirs
- Un accompagnement et de l'information
- Un soutien à la parentalité

## Les modes d'accueil

Le choix du mode d'accueil de vos enfants se fait en fonction de vos attentes et de vos besoins.

Les accueils collectifs comprennent les crèches, les micro-crèches, les jardins d'enfants, les haltes-garderies...

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

Cette prestation est payante et varie en fonction du choix du mode d'accueil.

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.

Ils vous informent et vous guident gratuitement dans votre choix et dans vos démarches et peuvent vous mettre en relation avec les professionnels.



# Lieux d'Accueil Enfants-Parents



Le Lieu d'Accueil Enfants-Parents (Laep) est un lieu de **rencontres, d'écoute et d'échanges** pour les parents accompagnés de leurs jeunes enfants, âgés de 0 à 6 ans.

Le Laep accueille les familles de manière anonyme et sans inscription.

Le Laep permet de :

- **Mettre à disposition des jeux** comme supports destinés à favoriser la relation parent-enfant
- **Proposer un espace de socialisation** afin que l'enfant se prépare à la vie en collectivité, notamment avant son entrée à l'école
- **Favoriser les échanges** entre parents et/ou avec des professionnels

En Dordogne, il existe 16 Lieux d'Accueil Enfants-Parents.

# Les aides individuelles d'action sociale :

## Le prêt d'équipement de puériculture :

- Un prêt sans intérêt (prêt à 0%)
- Pour les familles accueillant leur 1er enfant.
- Le quotient familial doit être inférieur à 800 €
- La demande se télécharge depuis le site internet de la Caf.

### Rappel des conditions :

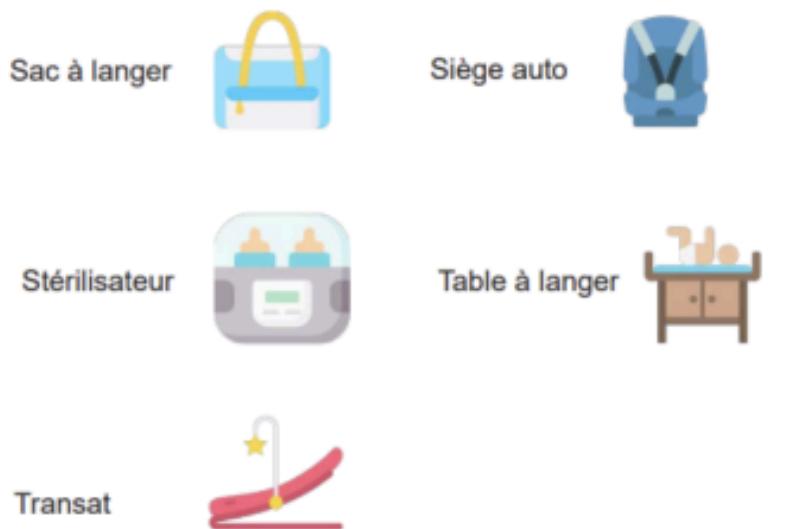
- Être adhérent au régime général de la Sécurité Sociale. Ne pas être adhérent à la M.S.A (Mutuelle Sociale Agricole)
- Avoir un enfant à charge en fonction des règles de la Caf. Avoir un enfant à charge, c'est assurer ses besoins financiers, son éducation, sa sécurité. La Caf c'est la Caisse d'allocations familiales.
- Recevoir une prestation de la Caf.
- Avoir un Quotient Familial (QF) qui ne dépasse pas 800 euros. Cette somme (800 euros) n'est pas une somme d'argent que vous recevez. Le QF est le résultat d'un mode de calcul qui prend en compte : vos ressources familiales d'il y a 2 ans. Par exemple : pour l'année 2024, ce sont vos ressources de l'année 2022.
- Le nombre de personnes qui vivent chez vous.
- Les prestations que vous recevez de la Caf tous les mois

[\(Cliquez ici pour plus de détails\)](#)

Pour vous aider, vous pouvez avoir un prêt sans intérêt.  
Un prêt sans intérêt est un prêt à 0%.  
Par exemple : vous souhaitez **600 euros**,  
vous remboursez **600 euros**.

Vous pouvez venir à l'accueil de votre **Caf** pour demander votre dossier de prêt d'équipement.

### Équipements de Puériculture



# ASF ( Allocation de soutien familial)

**Montants**  
(du 1<sup>er</sup> avril 2025 au 31 mars 2026)

Parent isolé	Recueil d'un enfant
199,18 € par enfant à charge	265,50 € par enfant à charge

Si le montant de la pension alimentaire fixé est inférieur à **199,18 €**, l'ASF est versée sous forme de complément. Par exemple : la pension est de **100 €**, vous recevez un complément de **99,18 €**.

Le versement s'arrête dès que vous reprenez une vie de couple (concubinage, pacs, mariage...).

Aide destinée au parent qui élève seul son/ses enfant(s) :

- L'autre parent est décédé ou il n'a pas reconnu l'enfant
- L'autre parent ne paie pas ou ne paie qu'en partie la pension alimentaire
- La pension alimentaire n'est pas encore fixée
- Le montant de la pension alimentaire est inférieur à 199,18 €

Le montant de l'allocation de soutien familial est de **199,18 €**  
La demande se fait depuis le compte caf.

[\(Cliquez ici pour plus de détails\)](#)

# ARIPA



## Missions :

### Délivrance de titres exécutoire

- Aide à la fixation du montant de la pension alimentaire
- Possibilité de délivrer un titre exécutoire sur la base d'une convention parentale dûment complétée et dont le montant de la pension alimentaire est conforme à un barème

**Gestion des prestations ASF (Allocations de Soutien Familial) non recouvrable, recouvrables et complémentaires**

**Recouvrement des impayés de pension alimentaire, y compris les créances alimentaires à l'étranger**

**ari  
pa**  
L'agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires

### Informier les parents en cours de séparation sur leurs droits, afin de les accompagner dans leurs démarches

- Les guider vers des dispositifs de soutien à la parentalité : service de médiation familiale, espaces de rencontres, réseaux d'écoute et d'appui et d'accompagnement des parents.
- Assurer leur accueil individualisé par un travailleur social.
- Leur proposer de participer à des séances d'information animées par des équipes de travailleurs sociaux.

### Mise en œuvre de l'Intermédiation financière

- Sur décision du juge lorsque le créancier ou ses enfants ont été victimes de violences ou de menaces de la part du débiteur de la pension.
- Depuis le 1<sup>er</sup> octobre 2020, pour tous les parents qui le demandent et pour lesquels un impayé de pension alimentaire est en cours depuis au moins 1 mois (Décision justice antérieure à janvier 2023)
- **Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2023, le service devient systématique, plus besoin de le demander**

[\(Cliquez ici pour plus de détails\)](#)

## Contacts



**l'Assurance  
Maladie**  
Agir ensemble, protéger chacun

Dordogne

Cliquez sur les logos pour accéder aux informations de chaque organisme.



Service unique en France : si vous êtes allocataire, vous pouvez joindre votre technicien(ne), sur sa ligne directe, du lundi au vendredi de 9h à 16h (le numéro se trouve sur vos courriers Caf en haut à gauche)

# Vous avez une question ?

Contactez-nous :

 Espace Mon Compte sur <a href="http://www.caf.fr">www.caf.fr</a>	 Appli mobile « Caf - Mon Compte »
 Accueil sur rendez-vous en Caf ou par téléphone	 Téléphone au 3230

caf.fr

Allocataires Professionals Contrat de

Accueil Actualités Aides et démarches Ma Caf Vie de Famille

Accueil Allocataires > Ma Caf

### Caf de la Dordogne : vos actus



Actualité départementale 16/09/2024

**Fonctionnement de votre Caf**

LIRE L'ARTICLE

**Fil d'actualités**  
Délais de traitement

Indicateurs de qualité de service de la Caf de la Dordogne

---

Appel à projets Reaap 2024

La Caf de la Dordogne renouvelle pour l'année 2024 l'appel à projets REAAP (Réseau d'Ecoute, d'Appui et d'Accompagnement des Parents).

---

Guide FALC 2024

Guide FALC 2024



**l'Assurance  
Maladie**  
Agir ensemble, protéger chacun

Dordogne

# Caisse Primaire d'Assurance Maladie de la Dordogne

Rendez-vous téléphonique  
depuis votre [compte ameli.](#)

Ou appeler le 3646