

# Le GUIDE des *futurs* PARENTS



## Un guide pour vous informer sur :

- les démarches,
- les aides financières de la Caf,
- les congés pour les parents,
- les modes d'accueil,
- les soutiens ponctuels pour les parents,
- les services destinés aux parents.





## Les démarches à effectuer

- Déclarer votre grossesse
- Déclarer la naissance de votre enfant
- Reconnaître votre enfant
- Le nom de famille de votre enfant
- Le carnet de santé de votre enfant

## Les aides financières de la Caf

- La naissance, l'adoption et l'éducation
- Le logement
- L'isolement
- Le handicap ou la maladie d'un enfant

## Des congés pour les parents

- Le congé de maternité pour les salariés
- Le congé de naissance
- Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant
- Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant en cas d'hospitalisation de l'enfant
- Le congé parental d'éducation ou travail à temps partiel
- Le congé d'adoption

## Les modes d'accueil pour les jeunes enfants

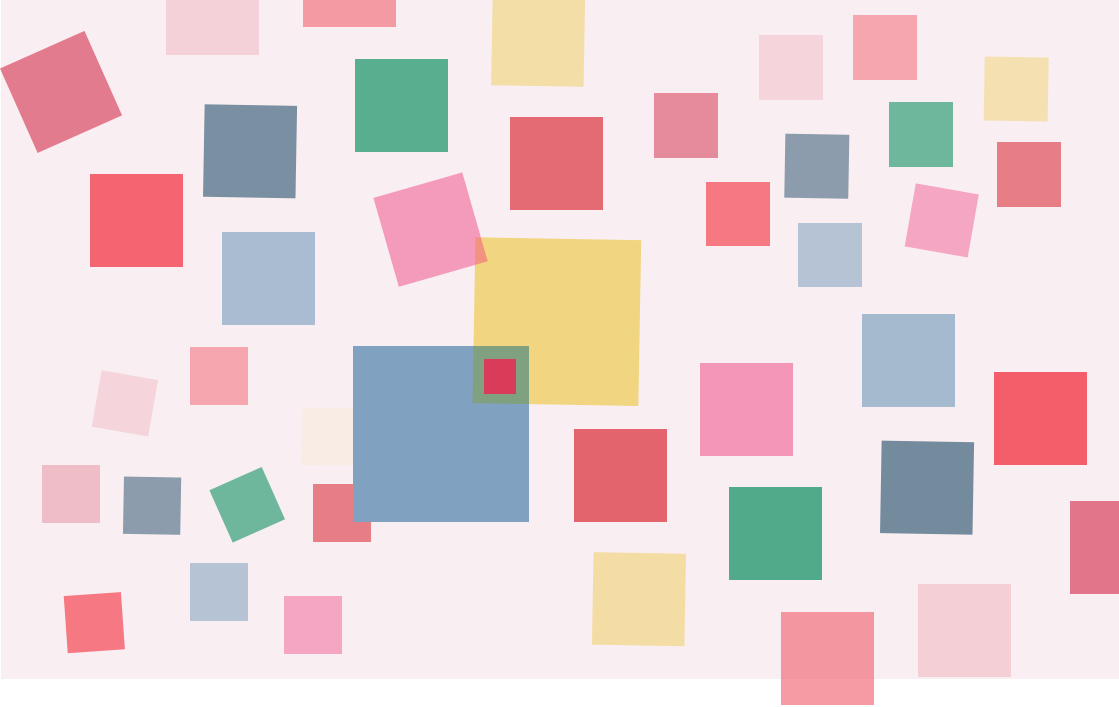
- L'accueil collectif
- L'accueil familial
- L'accueil individuel
- Le relais petite enfance

## Un soutien ponctuel dans votre vie quotidienne

- Les travailleurs sociaux de la Caf
- L'aide et l'accompagnement à domicile

## Des services pour les parents

- Le soutien de la Pmi
- Les lieux d'accueil enfants-parents
- Les ludothèques
- La maison des étoiles



# Vous allez devenir parent

**L'**arrivée d'un enfant suscite de nombreuses questions pratiques relatives au logement, à la garde, à l'interruption de l'activité professionnelle. La Caisse d'allocations familiales peut vous aider à y répondre.

Ce guide vous propose des informations pratiques et fait le point sur les différentes formes de soutien que votre Caf peut vous apporter.

La Caisse d'allocations familiales :

- verse des prestations pour vous permettre d'assumer la charge représentée par l'éducation et l'entretien de votre enfant,
- soutient financièrement la création et le fonctionnement de structures d'accueil du jeune enfant telles les crèches, halte garderies, multi-accueils... ce qui permet de réduire le coût de la garde de votre enfant,
- apporte un appui aux parents à travers l'intervention de travailleurs sociaux. Ils peuvent répondre à vos questionnements et vous aider à concilier vie familiale, sociale et professionnelle,
- participe au développement de services et d'actions destinées aux parents : lieux d'accueil enfant-parents, activités partagées parents-enfants, groupes d'échanges entre parents, ludothèques.



## Les démarches à effectuer

### Déclarer votre grossesse

La déclaration doit être faite avant la fin du 3<sup>e</sup> mois de grossesse.

Le médecin ou la sage-femme peut faire cette déclaration directement en ligne auprès de la caisse d'Assurance Maladie et de la caisse d'Allocations familiales (Caf).

Sinon, vous pouvez le faire sur Caf-Mon Compte ou dans l'Espace Mon Compte, rubrique « Déclarer un changement de situation » sans oublier de transmettre les documents justificatifs demandés.

### Déclarer la naissance de votre enfant

La déclaration permet d'établir l'acte de naissance. Elle est obligatoire pour tout enfant.

Elle doit être faite dans les 5 jours qui suivent le jour de l'accouchement par le père ou sinon, par le médecin, la sage-femme ou une autre personne qui aura assisté à l'accouchement.

Elle s'effectue à la mairie du lieu de naissance ou à l'hôpital s'il y a une permanence de l'officier d'état civil.

### Reconnaître votre enfant

La filiation maternelle est établie par la désignation de la mère dans l'acte de naissance de l'enfant, qu'elle soit mariée ou non, et sans qu'elle ait besoin de faire la démarche de reconnaissance.

La filiation paternelle est automatiquement établie à l'égard du mari.

Les pères non mariés doivent reconnaître l'enfant pour établir la filiation. Cette démarche peut être faite avant la naissance.



**Pour toute précision sur la filiation, la procédure de reconnaissance ou l'autorité parentale, contactez le service de l'état civil de votre mairie.**



## Le nom de famille de votre enfant

Les parents, mariés ou non, peuvent transmettre à leurs enfants, soit le nom du père, soit le nom de la mère, soit leurs deux noms dans l'ordre choisi par eux. Pour cela, ils font une déclaration conjointe.

Le nom de famille choisi pour la naissance du premier enfant vaudra pour les frères et les sœurs issus la même union qui suivront éventuellement.

En l'absence de déclaration conjointe de nom, ou en cas de désaccord, l'enfant portera le nom du parent pour lequel la filiation a été établie en premier ou le nom du père si la filiation est établie simultanément à l'égard des deux parents.

## Le carnet de santé de votre enfant

Il est remis par l'établissement hospitalier où a lieu la naissance ou sur demande auprès du service départemental Protection maternelle infantile (PMI).

Document médical, il doit être soigneusement complété et présenté lors de chaque examen médical concernant votre enfant. Son utilisation est obligatoire jusqu'à l'âge de 18 ans. Personnel et confidentiel, il sera utile à votre enfant durant toute sa vie.

### Déclarer la naissance de votre enfant à la Caf

- **Si vous êtes allocataire**

Déclarez la naissance de votre enfant dans l'Espace Mon Compte, rubrique « Déclarer un changement ».

- **Si vous n'êtes pas allocataire**

Adressez l'extrait d'acte de naissance de votre enfant ou la copie des pages du livret de famille par courrier à la Caf, accompagné du formulaire de changement de situation : rubrique Mes services en ligne, Faire une demande de prestation > Les enfants > Allocations familiales / Complément familial / Changements de situation.

## Les aides financières de la Caf

Sous certaines conditions (revenus, situation familiale...), vous pouvez bénéficier des aides financières de la Caf. Pour toutes ces aides, adressez-vous à la Caf.

Retrouvez l'information détaillée sur le [www.caf.fr](http://www.caf.fr).

## La naissance, l'adoption et l'éducation

La prestation d'accueil du jeune enfant (Paje) peut être versée pour la naissance ou l'adoption d'un enfant.

Elle comprend :

- la prime à la naissance ou à l'adoption pour les premières dépenses liées à l'arrivée de votre enfant,
- l'allocation de base pour les dépenses liées à l'éducation de votre enfant,
- la prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE) si vous cessez ou réduisez votre activité professionnelle pour élever votre enfant,
- le complément de libre choix du mode de garde, si vous employez un assistant maternel agréé ou une personne à votre domicile ou si vous avez recours à une structure (entreprise, association ou micro-crèche ) habilitée pour la garde d'enfants (durée minimum de garde mensuelle 16 heures )

Les allocations familiales sont automatiquement attribuées pour les enfants de moins de 20 ans, à partir du deuxième enfant à charge, sans aucune démarche de votre part.

## Le logement

- Si vous payez un loyer ou remboursez un prêt pour votre résidence principale, et que vos ressources sont modestes, la Caf peut vous verser l'aide personnalisée au logement (Apl), l'allocation de logement familiale (Alf) ou l'allocation de logement à caractère social (Als).

Les prêts signés à compter du 01.02.2018 ne permettent pas l'ouverture d'un droit aux aides au logement accession exceptés ceux signés au plus tard le 31.12.2019 pour l'acquisition d'un logement ancien en secteur III qui permettent l'ouverture d'un droit à l'Apl.

- La Caf peut également vous verser sous certaines conditions une prime de déménagement. Cette aide s'adresse aux familles nombreuses d'au moins trois enfants à charge nés ou à naître, qui déménagent quand la famille s'agrandit.
- Sous certaines conditions, l'aide à l'équipement du logement (Ael) peut vous permettre d'acquérir des appareils ménagers ou du mobilier de première nécessité.



## L'isolement

- Si vous êtes seul(e) et avez peu ou pas de ressources, la Caf peut étudier votre droit au revenu de solidarité active (Rsa) ou à la Prime d'activité (Ppa).
- Dans certaines situations, la Caf peut devenir votre intermédiaire pour que vous n'ayez plus besoin de contacter votre ex-conjoint(e) pour verser ou recevoir la pension alimentaire de votre enfant.

Rendez-vous sur [www.pension-alimentaire.caf.fr](http://www.pension-alimentaire.caf.fr) ou par téléphone au 32.38 (plateforme nationale ARIPA).

- Si votre enfant n'a pas été reconnu ou si l'autre parent ne participe pas à l'entretien de l'enfant ou verse une pension alimentaire modeste, la Caf peut vous verser l'allocation de soutien familial (Asf).

## Le handicap ou la maladie d'un enfant

- En cas de handicap ou de maladie grave nécessitant la présence du ou des parents, la Caf peut vous verser sous réserve de l'accord médical de la maison départementale des personnes handicapées (Mdph) l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (Aeeh) pour vous aider dans l'éducation et les soins à apporter à votre enfant.
- La Caf peut également vous verser, si vous êtes au chômage indemnisé ou si vous exercez une activité, et sous certaines conditions, l'allocation journalière de présence parentale (Ajpp) pour vous permettre de vous occuper de votre enfant.



## Des congés pour les parents

### Le congé de maternité pour les salariés

- La durée du congé de maternité varie en fonction du nombre d'enfants déjà à charge avant la naissance de l'enfant

Pour bénéficier de tous ses droits, la mère doit envoyer à son employeur le certificat médical attestant de sa grossesse et précisant la date présumée de l'accouchement (lettre recommandée avec accusé de réception).

Pendant le congé de maternité, celle-ci ne pourra pas être licenciée.

A l'issue du congé de maternité, elle retrouvera son emploi ou un emploi similaire.

- La durée du congé de maternité compte pour le calcul de l'ancienneté.

### Le congé de naissance

- Le père a droit à trois jours ouvrables d'absence rémunérés par l'employeur pour la naissance ou l'adoption de son enfant.

### Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant

Le congé de paternité donne la possibilité au père ou à la personne qui vit en couple avec la mère de l'enfant de cesser son activité pendant 25 jours calendaires ou 32 jours en cas de naissances multiples. Ce congé est composé de deux périodes :

- une période de 4 jours calendaires prise immédiatement après le congé de naissance,
- une période de 21 jours calendaires, portée à 28 jours calendaires en cas de naissances multiples.

Le congé doit être pris dans les 4 mois suivant la naissance de l'enfant.

Il peut succéder au congé de naissance ou être pris séparément.

Pendant ce congé, le père est indemnisé. Il doit avertir son employeur au moins 1 mois avant la date de début du congé (lettre recommandée avec accusé de réception).



## Le congé de paternité et d'accueil de l'enfant en cas d'hospitalisation de l'enfant

En cas d'hospitalisation de l'enfant immédiatement après sa naissance dans une unité de soins spécialisés, le père salarié peut bénéficier d'un congé spécifique de paternité et d'accueil supplémentaire d'une durée maximale de 30 jours calendaires consécutifs, pendant toute la période d'hospitalisation. Ce congé s'ajoute à la durée du congé de paternité et d'accueil.

## Le congé parental d'éducation ou travail à temps partiel

- C'est une mise en disponibilité partielle ou totale (non rémunérée) sollicitée auprès de l'employeur. Pendant le congé parental d'éducation, l'employeur ne versera aucun salaire. En activité à temps partiel le salaire sera réduit en proportion du temps de travail.
- A son retour, le salarié retrouvera son poste de travail ou un poste équivalent.
- Le père, la mère ou les deux parents peuvent obtenir ce congé parental d'éducation.
- En congé parental, vous ne pouvez exercer aucune activité professionnelle exceptée celle d'assistant maternel agréé.

La durée du congé est limitée aux 3 ans de votre enfant. La durée initiale est de 1 an au plus, renouvelable deux fois.

**Si vous cessez totalement ou partiellement votre activité professionnelle pour vous occuper de votre enfant, vous pouvez éventuellement bénéficier de la Prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE). Il s'agit d'une aide financière versée par la Caf au père, à la mère ou aux deux parents.**

## Le congé d'adoption

Un congé d'adoption peut être accordé : sa durée est variable en fonction du nombre d'enfants et des modalités de prise du congé.

### L'info en ligne et gratuite

#### **[www.caf.fr](http://www.caf.fr)**

Le site gratuit de la Caf pour consulter votre dossier, faire vos démarches en ligne, vous informer et télécharger le « livret des parents ».

#### **[www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr)**

Le site gratuit de la Caf dédié à l'accueil des enfants de moins de 12 ans et aux actions de soutien aux parents d'enfants de 0 à 18 ans.

#### **[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)**

Des infos sur le suivi de la grossesse, les moments clés de la maternité, les congés (maternité, paternité...), l'accompagnement médical de la grossesse, les vaccinations ...

#### **[www.1000-premiers-jours.fr](http://www.1000-premiers-jours.fr)**

Le site des parents et des futurs parents.

## Les modes d'accueil pour les jeunes enfants

Pour l'accueil de votre enfant, vous pouvez choisir un accueil collectif, familial ou individuel, ou une garde à votre domicile.

Quel que soit le mode d'accueil choisi, prévoyez un temps d'adaptation pour votre enfant.

### L'accueil collectif

- Il est assuré dans des locaux conçus pour les tout-petits (multi-accueil, crèche, halte-garderie, micro-crèches) et sous la responsabilité de professionnels diplômés.
- Ces équipements proposent un accueil régulier ou occasionnel, qui fait l'objet d'un contrat avec la famille.
- Votre participation financière est calculée selon vos ressources et la taille de votre famille, hormis pour les micro-crèches non conventionnées avec la Caf qui pratiquent des tarifs fixes (dans ce cas, les familles peuvent bénéficier du complément mode de garde (Cmg) de la Paje).

### L'accueil familial

- Votre enfant est accueilli au domicile d'un assistant maternel agréé employé par une crèche familiale et encadré par des professionnels qualifiés.
- Des temps d'accueil collectifs sont prévus pour que les enfants bénéficient d'activités communes.
- Un contrat d'accueil est conclu avec la famille.
- Votre participation financière est calculée selon vos ressources et la taille de votre famille.



## L'accueil individuel

- Si vous choisissez d'employer un assistant maternel agréé indépendant, votre enfant est accueilli au domicile de cet assistant maternel, ou au sein d'une maison d'assistants maternels (Mam). Une Mam permet à quatre assistants maternels au plus d'accueillir chacun un maximum de quatre enfants simultanément dans un local garantissant la sécurité et la santé des enfants.
- Il vous est aussi possible d'employer une personne pour s'occuper de votre enfant à votre domicile. Cette garde peut être partagée entre plusieurs familles, les enfants étant accueillis chez l'une ou l'autre d'entre elles.
- Si vous employez un assistant maternel agréé ou un employé de garde à domicile vous devez respecter le droit du travail et les conditions légales de rémunération.
- Vous pouvez bénéficier du complément de libre choix du mode garde (Cmg) de la Paje pour chacun de ces modes d'accueil.

En savoir plus : <https://www.pajemploi.urssaf.fr>

## Les relais petite enfance (Rpe)

Ce sont des lieux d'information, de rencontre et d'échange au service des parents, des assistants maternels et des personnels de garde à domicile. Des activités collectives sont proposées pour les enfants confiés à un assistant maternel ou un employé de garde à domicile.

## Paielements, tarifs

### Attestation de paiement de la Caf

Vous avez besoin d'une attestation de paiement et de quotient familial pour inscrire votre enfant à la crèche, à la cantine scolaire, au centre aéré ?

Vous pouvez l'obtenir :

- sur le [www.caf.fr](http://www.caf.fr)
- par téléphone au 3230
- sur les bornes interactives Caf
- dans tous les points d'accueil Caf

### Avantages financiers

Quel que soit le mode d'accueil choisi, la Caf participe financièrement et c'est moins cher pour vous !

Quel que soit le mode de garde choisi, vous pouvez bénéficier d'un crédit d'impôt : renseignez-vous auprès de votre centre des impôts ou sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr).

Si vous bénéficiez de titres Cesu préfinancés, renseignez-vous sur le site [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr).





## **monenfant.fr, le site de la Caf pour les parents**

### **Sur [www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr), vous pouvez :**

- rechercher une solution d'accueil dans un établissement d'accueil de jeunes enfants, un centre de loisirs, avec un assistant maternel ou un employé d'un service proposant de la garde à domicile pour les enfants de moins de 3 ans,
- trouver les coordonnées des structures (crèches, halte-garderies, multi-accueils, centres de loisirs, micro-crèches, maisons d'assistants maternels, relais petite enfance (Rpe), lieux d'accueil enfants-parents), et des assistants maternels ayant donné leur accord.
- consulter les disponibilités des assistants maternels qui souhaitent les publier,
- découvrir des activités de loisirs à pratiquer à la maison pour toutes les tranches d'âges d'enfants,
- prendre connaissance des actions destinées aux parents d'enfants de 0 à 18 ans, pour les soutenir lorsqu'ils se posent des questions sur leur rôle ou vivent des moments particuliers (naissances multiples, séparation...),
- trouver de nombreuses informations pratiques pour les familles,
- connaître les aides que la Caf peut vous verser et calculer combien vous coûtera l'accueil de votre enfant,
- vous procurer divers imprimés et documents (contrats de travail, Cesu...).

Pour faciliter la vie des familles :

<https://monenfant.fr/web/guest/trouver-un-mode-d-accueil>

## Un soutien ponctuel dans votre vie quotidienne

### Les travailleurs sociaux de la Caf

À l'arrivée d'un enfant (naissance, adoption), vous pouvez ressentir le besoin d'un conseil, d'un soutien.

La CPAM et le service social Caf vous inviteront à une rencontre au cours de laquelle vous pourrez échanger sur les questions liées à l'arrivée de votre enfant, les modes de garde, votre retour à la maison avec l'aide et l'accompagnement à domicile et également l'accès aux droits Caf, CPAM. Des rendez-vous individuels avec les travailleurs sociaux de la Caf, peuvent également être sollicités selon votre situation. Pour contacter un travailleur social, allez sur [caf.fr](http://caf.fr), puis Ma Caf / Vie personnelle / L'offre de travail social Caf.

### Les services d'aide et d'accompagnement à domicile

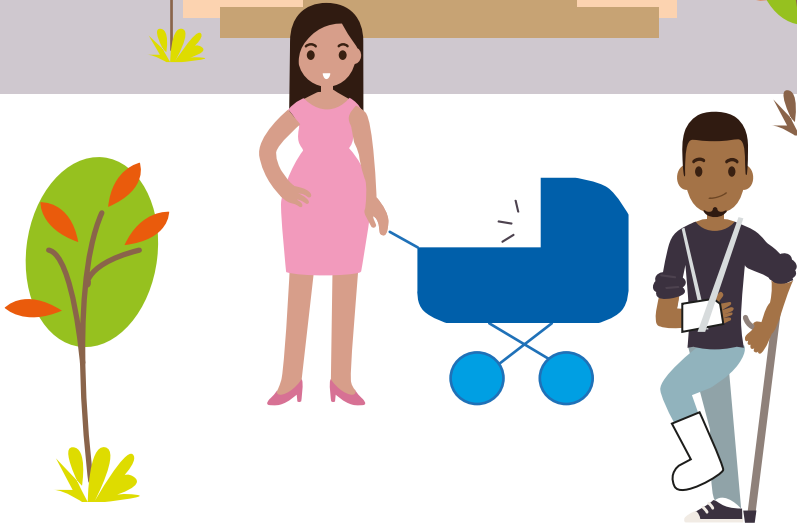
Préparer l'arrivée de son premier enfant, attendre et accueillir le petit dernier de la famille tout en s'occupant de ses frères et sœurs en bas âge...

Les moments de la vie sont nombreux où l'on peut se sentir débordé et avoir du mal à faire face, tant dans son organisation au jour le jour que dans son rôle de parent. Pour vous soutenir dans l'entretien de la maison et dans l'organisation familiale, des personnels qualifiés peuvent intervenir à votre domicile.

La Caf peut accorder pour ces interventions une aide financière calculée en fonction de vos ressources et directement déduite du tarif. Vous pouvez bénéficier d'une réduction d'impôt.

### Les associations d'aide et d'accompagnement à domicile

- **Enfance catalane - Reseda** : 17 rue des Glaïeuls - 66000 Perpignan  
04 68 50 29 28 - [reseda66@orange.fr](mailto:reseda66@orange.fr)
- **Association Joseph Sauvy** :  
30, rue Pierre Bretonneau - 66017 Perpignan Cedex 9  
04 68 98 39 11





## Les services pour les parents

Un enfant ça change la vie mais il n'est pas toujours facile d'être parent.

Pour vous soutenir dans votre rôle de parent, plusieurs services vous sont proposés.

## Le soutien de la Protection maternelle infantile

Les équipes de la Protection maternelle infantile (Pmi) du Conseil départemental peuvent vous accompagner pendant votre grossesse et assurer le suivi médical de votre enfant de 0 à 6 ans.

Tél : 04 68 85 87 02

## Les lieux d'accueil enfants-parents (Laep)

Ils offrent un espace de parole, de rencontres, d'échanges et de jeu pour les enfants de moins de 6 ans et leurs parents, assistant(e)s maternel(le)s ou tout adulte accompagnant l'enfant. Ce sont des lieux de découverte et de préparation à la vie en collectivité du jeune enfant.

Retrouvez les Laep du département sur le site [www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr)

## Les ludothèques

Une ludothèque est un espace d'accueil et de découverte, un lieu de rencontre ouvert à tous, petits et grands, où se pratiquent le prêt de jeux et jouets, le jeu sur place et des animations ludiques.

- **Les enfants du Lude**  
107, avenue de Prades - 66000 Perpignan  
Tél : 04 68 54 12 09 - [lesenfantsdulude@wanadoo.fr](mailto:lesenfantsdulude@wanadoo.fr)
- **Ludothèque Rabelais**  
Rue de l'Eglise Saint Jacques  
66000 Perpignan  
04 68 63 60 65 - [ludothèque.rabelais@mairie-perpignan.com](mailto:ludothèque.rabelais@mairie-perpignan.com)





## La maison des étoiles

- L'association propose un hébergement à tarif réduit aux familles en cas d'hospitalisation d'un parent ou d'un enfant à au Centre hospitalier de Perpignan.  
maisondesetoiles66@orange.fr  
04 68 59 28 94

## Le réseau d'écoute, d'appui et d'accompagnement des parents (Réaap66)

Vous souhaitez échanger avec d'autres parents, participer à des activités parents-enfants ? Le Réseau d'écoute, d'appui et d'accompagnement des parents des Pyrénées-Orientales (Reaap 66) vous informe sur les actions et événements menés par les partenaires adhérents ou membres du réseau.



Coordonnatrice : Alice PÉZÉ

Tél : 04 68 85 17 50 - Courriel : [reaap@caf66.caf.fr](mailto:reaap@caf66.caf.fr)

Consultez l'ensemble des actions parentalité mises en oeuvre sur le département sur [www.parents-pros66.fr](http://www.parents-pros66.fr) et la page Facebook Réseau parentalité 66



## Bibliographie pour les petits

- **Dans le ventre de la terre**

Cécile Roumiguière (auteur), Fanny Ducassé (illustrateur), Ed. Seuil Jeunesse, 2016

- **En t'attendant**

Emilie Vast - Ed. Memo, 2014

- **Et après, il y aura...**

Jeanne Ashbé, Ed. Pastel- Ecole des loisirs, 2000

- **Et dedans, il y a...**

Jeanne Ashbé, Ed. Pastel- Ecole des loisirs, 1997

- **La première fois que je suis née**

Vincent Cuvelier, Ed. Gallimard jeunesse, 2010

- **Le nid**

Stéphane Servant, Ed. Didier Jeunesse, 2018

- **Les heureux parents**

Laetitia Bourget, Emmanuelle Houdart, Ed. Thierry Magnier, 2009

- **Moi papa ours**

Wolf Erlbruch, Ed. Milan, 1993

- **Mon arbre**

Ilya Green, Ed. Didier Jeunesse, 2013



- **Mon bébé**  
Jeanette Winter, Ed. Gallimard Jeunesse, 2001
- **Mon tout petit**  
Albertine, Ed. La joie de lire, 2015
- **Une maman c'est comme une maison**  
Aurore Petit, Ed. Les fourmis rouges, 2019
- **Panda**  
Pauline Kalioujny, Ed. Thierry Magnier, 2015
- **Petite Pousse**  
Sandre Le Guen, Ed. Sarbacane, 2019
- **Sur les genoux de maman**  
Ann Herbert Scott, Ed. Ecole des loisirs, 1995
- **Ton histoire**  
Jeanne Ashbé Ed. Pastel - Ecole des loisirs, 2010
- **Tout change**  
Anthony Browne, Ed. Ecole des loisirs, 2004
- **Tout petit**  
Ilya Green, Ed. Casterman, 2018



# Comment contacter la Caf des PO ?



**Par internet**, sans vous déplacer : [www.caf.fr](http://www.caf.fr)  
puis «Ma Caf»



**Sur votre smartphone :**

L'application mobile Caf- Mon compte

**Par téléphone :** 3230 (service gratuit + prix de l'appel)

24 h sur 24 pour l'information en libre service  
du lundi au vendredi de 9 h à 16 h pour joindre un conseiller.

**Par courrier :** Caf des PO  
112, rue Docteur Henri Ey  
BP 49927 - 66019 Perpignan Cedex 9



Dans vos courriers, n'oubliez pas d'indiquer votre nom,  
votre prénom, votre adresse et votre numéro d'allocataire.

## Pour vous informer

- Un site pour vous accompagner dans votre vie de parent  
[www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr)
- Le site du réseau parentalité 66  
[www.parents-pros66](http://www.parents-pros66)