

Jeunes ou futurs parents : la Caf est à vos côtés !

Comme de nombreux jeunes parents ou parents en devenir, vous vous posez de nombreuses questions. Pour mieux vous accompagner dans votre nouveau / futur rôle de parent, La Caf de Seine-et-Marne vous propose de faire un tour d'horizon sur les démarches, les aides et les nombreuses informations qui vous seront certainement très utiles.



SE PRÉPARER À L'ARRIVÉE DE SON ENFANT

Infos pratiques, démarches, santé... Préparez l'arrivée de votre enfant, pas à pas du 3ème mois de grossesse au 3 ans de votre enfant.

> Lire (lien : [https:// www.mesdroitssociaux.gouv.fr/vos-evenements-de-vie/parcours-naissance](https://www.mesdroitssociaux.gouv.fr/vos-evenements-de-vie/parcours-naissance))

> A venir (2ème semestre 2021) : Groupes de parole et autres actions parentales dans le cadre du Reaap (sur le site www.monenfant.fr)

> **Les services de Protection Maternelle et Infantile (PMI) et de la Petite Enfance du Département** offrent aux familles de nombreux services gratuits de prévention et de promotion de la santé, d'accompagnement à la parentalité

Pour vivre votre grossesse et l'accueil de votre bébé en toute sérénité, les sages-femmes de la PMI peuvent assurer la surveillance de votre grossesse et réaliser les examens nécessaires : **entretien du 4^{ème}**



UN COUP DE POUCE POUR VOUS ACCOMPAGNER

> La Caf vous accompagne pour faire face aux dépenses liées à l'arrivée et à l'éducation de votre enfant. Selon votre situation familiale et vos ressources. Vous avez peut-être droit à la prime à la naissance et / ou l'allocation de base.

> Lire :

<http://www.caf.fr/allocataire/s/droits-et-prestations/s-informer-sur-les-aides/petite-enfance/la-prime-a-la-naissance-et-la-prime-a-l-adoption>

LE PROGRAMME MALIN

> A partir de juin 2021, un courriel de présentation sera adressé chaque mois aux parents avec enfant de moins de 5 mois ou ayant déclaré une grossesse (QF < ou égal à 850 euros).

Le programme comporte 2 volets :

le volet « Conseils pour tous » : informations et conseils accessibles à tous (allaitement, alimentation diversifiée, activité physique, sommeil..)



UN ACCOMPAGNEMENT A DOMICILE, C'EST POSSIBLE !

Pour accueillir au mieux votre bébé et faire face à vos nouvelles responsabilités, des services vous sont proposés.

> **Le programme PRADO**

Ce service de retour à domicile de l'Assurance Maladie propose un accompagnement personnalisé pris en charge à 100% pour un retour à domicile en toute sérénité en cas de sortie précoce avec la venue d'une sage-femme pour votre suivi et celui du bébé.

> Lire

<https://www.ameli.fr/assure/droits-demarches/famille/maternite-paternite-adoption/accouchement-retour-domicile>

> **L'aide à domicile**

Financée par la Caf, l'aide à domicile vous permet de faire appel à un professionnel qui vous accompagne, quelques heures par semaine, dans vos tâches et activités quotidiennes.

> A voir :

mois, consultations pré et postnatales et répondre à toutes les questions que vous pourriez vous poser. Bon à savoir elles peuvent également se rendre à votre domicile si besoin. Enfin des réunions d'informations (sur l'allaitement, des groupes de parole, ...) peuvent vous être proposées, de même que des séances de préparation à la naissance et à la parentalité :

<https://www.seine-et-marne.fr/fr/accompagnement-et-suivi-de-grossesse>

> Où s'adresser ?

Il existe un service de PMI et de la Petite Enfance dans les 14 Maisons départementales des solidarités (MDS) de Seine-et-Marne.

<https://www.seine-et-marne.fr/fr/annuaire-des-maisons-departementales-des-solidarites>

le volet « Produits pour les parents en situation de vulnérabilité financière : accès à prix réduit à des produits adaptés et sélectionnés par des pédiatres.

Rdv sur : [Le Programme MALIN - L'essentiel sur l'alimentation de bébé \(programme-malin.com\)](http://LeProgrammeMALIN-L'essentiel-sur-l'alimentation-de-bébé(programme-malin.com))

AUTRES INITIATIVES LOCALES

Le soutien aux parents apporté par votre Caf :

<https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-seine-et-marne/offre-de-service/le-soutien-aux-parents>

Vous êtes concernés par une naissance multiple?

Votre Caf vous accompagne : [https://www.caf.fr/sites/default/files/caf/771/offre de service/soutien parents/fiche vous etes concernes naissance multiple.pdf](https://www.caf.fr/sites/default/files/caf/771/offre_de_service/soutien_parents/fiche_vous_etes_concernes_naissance_multiple.pdf)

<https://viesdefamille.streamlike.com/media.php?p=une-aide-a-domicile-pour-soutenir-les-familles>

<https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-seine-et-marne/offre-de-service/le-soutien-aux-parents/l-aide-a-domicile-des-familles>

> **Les services de Protection Maternelle et Infantile (PMI) et de la Petite Enfance du Département** offrent aux familles de nombreux services gratuits de prévention et de promotion de la santé, d'accompagnement à la parentalité. Les sages-femmes de PMI peuvent intervenir à dominante pour vous accompagner en sortie de maternité

<https://www.seine-et-marne.fr/fr/la-sante-des-jeunes-enfants>



MONENFANT.FR : LE SITE DES PARENTS

Monenfant.fr pour vous accompagne tout au long de votre vie de parent. Vous y trouverez de nombreuses informations sur :

- Les modes d'accueils existants près de chez vous : crèches, assistants maternels, services de garde à domicile > Pour trouver un mode d'accueil c'est >> ici <<
https://www.monenfant.fr/trouver-un-mode-d-accueil?p_p_id=fr_monenfant_recherche_portlet_et_ResearchPortlet_INSTANCE_VnedXuapLnSM&p_p_mode=view&p_p_state=normal&fr_monenfant_recherche_portlet_ResearchPortlet_INSTANCE_VnedXuapLnSM_recherche-distance-range=4
- Des conseils pour vous accompagner dans chaque étape de votre vie de parent.

> Lire :

<https://www.monenfant.fr/web/guest/devenir-parents>



MODE D'ACCUEIL : LEQUEL CHOISIR ?

Qu'il soit individuel ou collectif, ponctuel ou régulier, à chacun son mode de garde adapté à ses besoins.

Comment choisir le mode de garde qui vous correspond et pour quel coût ?

Pour vous aider dans votre choix les Relais assistants maternels (Ram) sont à votre disposition près de chez vous.

Ils vous guident dans vos démarches et vous mettent en relation avec les professionnels. > Lire :

<https://monenfant.fr/web/guest/les-relais-assistants-maternels>

> La Caf vous accompagne dans vos démarches et vous permet d'estimer le coût de votre mode de garde et le montant des aides financières auxquelles vous avez droit.

> Lire :

<https://monenfant.fr/web/guest/couts-et-aides>



DEMANDEUR D'EMPLOI, QUEL ACCOMPAGNEMENT ?

Pour vous permettre de vous rendre à un entretien d'embauche, à un rendez-vous avec un conseiller Pôle emploi ou à une formation, des dispositifs en partenariat avec Pôle emploi et la Caf vous permettent de bénéficier d'un mode de garde pour votre enfant de moins de 3 ans.

> Lire

<https://monenfant.fr/web/guest/insertion-professionnelle-et-mode-d-accueil-de-nouvelles-solutions>



PARENT UNE AVENTURE DE TOUS LES JOURS

L'arrivée d'un enfant vient perturber l'équilibre de la cellule familiale : inquiétudes, manque de sommeil, pleurs... Autant de sujets qui viennent fragiliser les relations entre parents mais également avec son enfant.

Il est normal d'avoir besoin de souffler et est important de pouvoir en parler si besoin.

> Besoin de souffler :

<http://www.caf.fr/allocataires/vie-s-de-famille/elever-ses-enfants/education/vie-de-couple-connaissiez-vous-la-charge-mentale>

> Dès les premiers jours de la sortie de maternité et jusqu'aux 6 ans de l'enfant, la puéricultrice de PMI, dans le cadre de permanences, est à votre écoute et peut vous accompagner en vous proposant des conseils de puériculture, le contrôle de sa prise de poids régulière, répondre à vos questions sur l'alimentation, le couchage, le bain, le sommeil, l'éveil, le développement de votre enfant... **Bon à savoir elle peut également se rendre à votre domicile si besoin.**

> Le médecin de PMI suit le bon développement de votre enfant jusqu'à ses 6 ans. Il assure les vaccinations nécessaires et les consultations médicales (suivi du développement psychomoteur de votre enfant dépistage d'éventuels troubles ou



BIEN FAIRE GRANDIR SON ENFANT

Des éducatrices de jeunes enfants de la PMI peuvent être présentes et vous accompagner autour des besoins éducatifs de vos enfants au regard de leur âge, de leur capacité dans les apprentissages. (jeux, sécurité ...). Elles pourront se rendre à votre domicile si nécessaire. Des actions collectives peuvent par ailleurs être proposées (halte-jeux, actions autour du livre, de l'allaitement, du portage du bébé, massage du bébé, des accidents domestiques ...)

Votre enfant pourra par ailleurs bénéficier d'un bilan de santé en école maternelle organisé par la PMI.

<https://www.seine-et-marne.fr/fr/la-sante-des-jeunes-enfants>

Des clés et des conseils aux jeunes ou futurs parents pour bien penser l'environnement du tout petit et de sa famille
> Lire <https://agir-pour-bebe.fr/>

Pour vous permettre de trouver une réponse à toutes vos questions concernant votre enfant. Un forum permet d'obtenir des réponses personnalisées de la part de pédiatres ou autres experts de l'enfance



ÉVEILLER SON ENFANT

> Les Laep

Les Lieux d'accueil enfants-parents sont des espaces de convivialité, d'écoute, de jeux partagés et de parole qui favorisent la rencontre et l'échange entre les parents et leurs enfants de moins de 6 ans. L'accès à ces structures est gratuit, anonyme et s'effectue sur la base du volontariat.

> Où trouver un Laep près de chez vous ?

https://monenfant.fr/web/guest/trouver-un-mode-d-accueil?p_p_id=fr_monenfant_recherche_portlet_RecherchePortlet_INSTANCE_VnedXuapLnSM&p_p_mode=view&p_p_state=normal&fr_monenfant_recherche_portlet_RecherchePortlet_INSTANCE_VnedXuapLnSM_recherche-selected-structures=lep&fr_monenfant_recherche_portlet_RecherchePortlet_INSTANCE_VnedXuapLnSM_recherche-distance-range=4

> Les ludothèques :

Animés par des professionnels, ces espaces de jeu aident les enfants à grandir et les parents à vivre des moments privilégiés avec eux.

> Où trouver une ludothèque près de chez vous ?

<http://www.kanas.com/associationdesludothequesfrancaises/carte/>

handicaps). Le médecin de la PMI est à votre écoute et saura vous orienter vers les spécialistes si nécessaire en lien avec les médecins traitants

<https://www.seine-et-marne.fr/fr/la-sante-des-jeunes-enfants>

> Un numéro vert en cas de besoin

Psychologues, éducateurs et médiateurs familiaux sont mobilisés 6 jours sur 7 et 12 heures par jour pour écouter, apaiser et orienter les parents angoissés ou désarmés.

> Lire

<https://www.ecoledesparents.org/allo-parents-en-crise/>

>Lire

<https://www.mpedia.fr/>