

édition
2021

JE SUIS ENCEINTE

le Guide

1 Les démarches essentielles

1 Les démarches essentielles

2 Les aides financières et matérielles

3 Aides au logement et solutions d'hébergement

4 Si vous êtes étudiante ou lycéenne

5 Si vous êtes victime de violences

6 Si vous êtes mineure

7 Si vous avez besoin d'un suivi médical particulier

8 La couverture sociale et les droits médicaux

9 La protection de l'emploi

10 Autorité parentale et nom de l'enfant

11 Confier son enfant à l'adoption

1 Les démarches essentielles

Le début d'une grossesse peut être un temps de doute et d'hésitation. C'est le moment de connaître les aides qui peuvent vous être accordées tout au long de votre grossesse et après la naissance.

Qui peut vous aider ? Où vous adresser ?

Les services sociaux compétents :

- Le service social de votre secteur
- Le centre de Protection Maternelle et Infantile (PMI)
- Votre Caisse d'Allocations Familiales (CAF)
- Le service d'Aide Sociale à l'Enfance (ASE)
- Le service social de Pôle Emploi
- Le service social de votre école ou université
- Le service social de votre entreprise

Demandez à la Mairie leurs adresses ou consultez le site du Conseil général de votre département.

Ces services sont là pour répondre à vos questions et vous guider dans vos démarches. Ils vous renseigneront sur vos droits concernant :

- Vos ressources financières et vos problèmes matériels
- Votre couverture sociale
- Votre logement ou un hébergement temporaire pour vous et votre enfant
- Votre emploi
- Les possibilités d'adoption
- Votre situation familiale

Les premières démarches

Quelle que soit votre situation financière et familiale, pour bénéficier des aides liées à la maternité, vous devez entreprendre les démarches suivantes :

- Aller voir un médecin ou une sage-femme pour confirmer votre grossesse et recevoir le formulaire de déclaration de grossesse.
- Déclarer votre grossesse avant la fin de la 14^{ème} semaine de grossesse, c'est-à-dire la fin du 3^{ème} mois, auprès de votre Caisse d'Assurance Maladie (CPAM) et de votre Caisse d'Allocations Familiales (CAF).
- Suivre les indications de suivi médical pour votre santé et celle de votre enfant.
- Si vous êtes salariée, l'employeur doit être informé avant le début du congé maternité. Il n'existe pas d'obligation concernant la date à laquelle la salariée enceinte doit déclarer sa grossesse à son employeur.
- Consultations gratuites dans un centre de PMI :
 - Surveillance médicale de votre grossesse.
 - Aide psychologique.
 - Suivi de votre grossesse par une sage-femme ou un médecin.
 - Mise en relation avec une assistante sociale.
 - Conseils d'une puéricultrice pour les soins du bébé.
- **Si vous n'avez pas pu déclarer votre grossesse dans les délais ou si vous n'avez pas de couverture sociale**, ne vous inquiétez pas, les services sociaux, notamment les centres de PMI, vous indiqueront la marche à suivre.
- **Si vous êtes en cours d'études**, des aménagements sont toujours possibles pour ne pas perdre votre année et réussir vos examens (à étudier au cas par cas avec votre école ou votre université).
- **Si vous êtes salariée**, vous pouvez bénéficier d'une protection spéciale et de garanties d'emploi pendant votre grossesse.

Numéros et adresses utiles

- Caisse d'Allocations Familiales : www.caf.fr
tél : 3230 - Simulation en ligne : www.caf.fr/allocataires/mes-services-en-ligne/faire-une-simulation
- Caisse d'Assurance Maladie : www.ameli.fr
tél. national : 3646
- Garde des enfants : www.mon-enfant.fr
Site de référence de la CAF pour trouver un mode de garde près de chez vous ou de votre travail.
- Centre de PMI : Pour adresses et numéros de téléphone, s'adresser à la Mairie ou consulter le site du Conseil Départemental.
- Droits et travail : www.travail-emploi.gouv.fr
www.vosdroits.service-public.fr
- Consultez vos droits, simulez vos prestations et effectuez vos démarches : www.mesdroits sociaux.gouv.fr
- Info coronavirus et grossesse : www.has-sante.fr
www.cngof.fr
www.sosbebe.org

JE SUIS ENCEINTE le Guide

Guide téléchargeable et imprimable
Toutes les informations mises à jour en temps réel

www.jesuisenceinteleguide.org



Maquette : tiphaine.didier@wanadoo.fr