

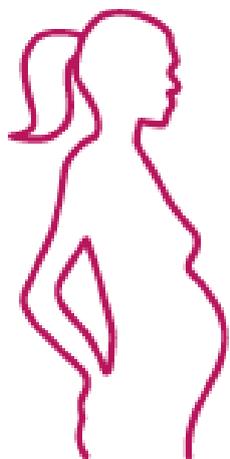
La Péribox

La Boite à outils des CPTS sur le parcours périnatalité dans les Yvelines

La fiche Actions Parcours périnatalité

La fiche Indicateurs Parcours Périnatalité

Les outils de communication prêts à être diffusés



LA PERIBOX

LA BOITE A OUTILS CPTS SUR LE PARCOURS PERINATALITE

LA FICHE ACTIONS PARCOURS PERINATALITE

AMELIORER LE LIEN VILLE-HÔPITAL : Les actions qui répondent aux besoins des acteurs de la périnatalité du territoire des Yvelines

ANTENATAL ET ENTRETIEN PRENATAL PRECOCE

BESOINS	ACTIONS
Sensibiliser et améliorer la communication sur l'importance de l'Entretien Prénatal Précoce dès le 4ème mois de grossesse auprès de tous les PS	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Organiser des sessions de formation et d'information sur l'Entretien prénatal précoce, animée par des sages-femmes, auprès des PS qui peuvent prendre en soin la femme enceinte POUR sa grossesse : médecins traitants, gynécologues. ✚ Puis auprès des PS pouvant prendre en charge la femme enceinte pour un autre motif que sa grossesse (Masseurs-kinésithérapeutes, IDE, Pharmaciens, psychologues, médecins spécialistes, pédicures...) ✚ Organiser des temps d'échanges entre les sages-femmes, les médecins généralistes et les gynécologues libéraux pour communiquer sur le rôle de la sage-femme (et notamment référente) en anténatal (Bilan prénatal de prévention, EPP, séances de préparation à la naissance ...) mais également sur le postnatal (Visites à domicile en sorties de maternité, Entretien postnatal précoce,...) et ainsi favoriser la complémentarité de soins entre ces professions.
Harmoniser et diffuser de l'information sur le parcours grossesse	Diffuser et mettre à disposition des flyers et affiches institutionnels déjà créés sur les dispositifs existants aux professionnels de santé (cabinets, pharmacies, PMI et laboratoires d'analyses) pour mieux informer les femmes enceintes.
Diffuser de l'information sur la sage-femme référente (SFR)	Diffuser et mettre à disposition des flyers et affiches institutionnels sur la SFR déjà créés sur les dispositifs existants aux professionnels de santé (cabinets, pharmacies, PMI et laboratoires d'analyses) pour mieux informer les femmes enceintes et informer les professionnels de santé de l'existence de ce nouveau dispositif.

OUTILS NUMERIQUES SOCLES ET DOCUMENTS DE SORTIE

BESOINS	ACTIONS
Accompagner les professionnels de santé de la périnatalité à l'utilisation des outils numériques socles et en particulier le DMP comme outil de coordination Ville-Hôpital-Ville.	Organiser des sessions de formation à destination des sages-femmes et des gynécologues du territoire de la CPTS en collaboration avec l'Assurance Maladie et le SESAN.
Promouvoir Mon Espace Santé auprès de la population des femmes enceintes afin d'utiliser le DMP comme outil de coordination Ville-Hôpital-Ville	Diffuser et mettre à disposition des flyers et affiches institutionnels déjà créés sur les dispositifs existants aux professionnels de santé (cabinets, pharmacies, PMI et laboratoires d'analyses) pour mieux informer les femmes enceintes.

Cette boîte à outils est évolutive et sera adaptée en fonction des actions collectives mises en œuvre sur le département.

Document réalisé par la CPAM des Yvelines - Juillet 2024

LA PERIBOX

LA BOITE A OUTILS CPTS SUR LE PARCOURS PERINATALITE

LA FICHE ACTIONS PARCOURS PERINATALITE

CONTACTS, CIRCUITS ET COORDINATION DES SORTIES DE MATERNITE

BESOINS	ACTIONS
Communiquer sur l'annuaire ressources du MYPA auprès des professionnels de santé de la périnatalité.	Diffuser l'information de l'existence des différentes ressources fournies par MYPA telles que l'annuaire des maternités du département.
Avoir une procédure commune sur les sorties de maternité avec les maternités en précisant le rôle de chacun.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Etablir un diagnostic territorial en collaboration avec les maternités dans lesquelles les femmes de sa CPTS accouchent : analyse de la patientèle et des besoins des femmes et des maternités. Définir le ciblage et rédiger un protocole de prise en charge des patientes en sortie de maternité par la CPTS. ✚ Mettre en place un outil de coordination. ✚ Mettre en place une organisation avec les CPTS pour sécuriser les sorties de maternité des femmes du département, à travers un recrutement d'un coordinateur de parcours commun à plusieurs territoires.

FORMATIONS PRIORITAIRES

BESOINS	ACTIONS
Améliorer l'interconnaissance des sages-femmes des différentes structures d'exercice et de la connaissance des différents acteurs de la périnatalité.	Organiser des temps d'échanges entre les différentes professions et structures de la périnatalité : PMI / Maternités/ SF Libérales / Gynécologues / Médecins généralistes / HAD / DAC, ... afin que chacun présente son rôle, ses différentes missions mais également son champ de compétence.
Informations et formations pluri-professionnelles sur le parcours grossesse.	Cf. Fiche action « Anténatal et Entretien prénatal précoce »
Accompagnement privilégié des sages-femmes sur les outils numériques (DMP / MSSanté).	Cf. Fiche action « Outils numériques socles et documents de sortie »

LA PERIBOX

LA BOITE A OUTILS CPTS SUR LE PARCOURS PERINATALITE

LA FICHE INDICATEURS PARCOURS PERINATALITE

LES INDICATEURS ESSENTIELS : De la Communication à la mise en pratique

CREER UNE SYNERGIE ENTRE LES PROFESSIONNELS DE SANTE DE LA PERINATALITE

INDICATEURS	ACTIONS
Communiquer sur le parcours maternité anté et post-natal auprès des professionnels de santé en contact avec des femmes enceintes.	Organiser au moins 1 session de formation animée par une sage-femme auprès des médecins généralistes, pharmaciens, infirmières, masseurs-kinésithérapeutes, laboratoires d'analyses médicales ...
Favoriser l'interconnaissance entre les différents professionnels de la périnatalité du territoire pour échanger sur leurs missions, rôles et champs de compétences.	Organiser au moins 1 réunion interprofessionnelle réunissant les sages-femmes, puéricultrices et gynécologues-obstétriciens (maternité, PMI, HAD, libéraux, salariés).
Accompagner les professionnels de santé de la périnatalité à l'utilisation des outils numériques socles et en particulier le DMP comme outil de coordination Ville-Hôpital-Ville.	Organiser des sessions de formation à destination des sages-femmes et des gynécologues du territoire de la CPTS en collaboration avec l'Assurance Maladie et le SESAN.

COMMUNICATION HARMONISEE SUR LE TERRITOIRE DES YVELINES AUPRES DES FUTURS ET JEUNES PARENTS SUR LE PARCOURS MATERNITE

INDICATEUR	ACTION
Communiquer sur le parcours maternité anté et post-natal auprès des futurs parents et jeunes parents.	Diffuser et mettre à disposition des flyers et affiches institutionnels déjà créés sur les dispositifs existants aux professionnels de santé (cabinets, pharmacies, PMI et laboratoires d'analyses) pour mieux informer les femmes enceintes.

TRAVAILLER AVEC LES MATERNITES DU TERRITOIRE

INDICATEURS	ACTIONS
Mettre en place une organisation avec les CPTS pour sécuriser les sorties de maternité des femmes du département.	Recruter un coordinateur de parcours.
Co-construire la coordination des sorties de maternité avec les établissements de santé du département .	Etablir un diagnostic territorial, analyse de la patientèle et des besoins, définir le ciblage et rédiger un protocole de prise en charge par le coordinateur de parcours CPTS.Mettre en place un outil de coordination.

LES INDICATEURS A PLUS LONG TERME

INDICATEURS	ACTIONS
Travailler en partenariat étroit avec le réseau de périnatalité MYPA pour harmoniser les actions à l'échelle du département.	Signer une convention avec le réseau MYPA.
Evaluer la coordination des sorties de maternité par les CPTS et l'impact sur la prise en charge en postpartum de la jeune mère à N + 1.	Nombre de patientes prises en charge par le coordinateur de parcours et mises en relation avec une sage-femme à domicile dans les 7 jours suivant la sortie de maternité, nombre d'entretiens postnatal précoce chez ces patientes...).

Cette boîte à outils est évolutive et sera adaptée en fonction des actions collectives mises en œuvre sur le département.

Document réalisé par la CPAM des Yvelines - Juillet 2024

LA PERIBOX

LA BOITE A OUTILS CPTS SUR LE PARCOURS PERINATALITE

LES OUTILS DE COMMUNICATION PRÊTS A ÊTRE DIFFUSES

Affiche sur l'Entretien prénatal Précoce en Français et en anglais – CPAM des Yvelines

DOUDOU Liste – Assurance Maladie - CAF

Flyer Entretien Prénatal Précoce :

<https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/sante-des-populations/1000jours/EPP>

Affiche Maternité – Assurance Maladie

Flyer Mon Espace Santé à destination des usagers



www.1000-premiers-jours.fr/fr



www.ameli.fr/assure/sante/themes/grossesse/preparation-parentalite



Pour toute information, n'hésitez pas à nous contacter :
parcours-perinatalite.cpam-yvelines@assurance-maladie.fr

SUIVEZ-NOUS ET NOS PARTENAIRES SUR LES RESEAUX



VOUS ATTENDEZ UN ENFANT

CONNAISSEZ-VOUS L'ENTRETIEN PRÉNATAL PRÉCOCE ?

Un temps d'échange qui vous est dédié



POURQUOI ?

- Mieux comprendre les étapes de votre grossesse
- Répondre à toutes vos interrogations (conseils santé, examens, suivi médical, droits et démarches administratives...)
- Mettre en place un accompagnement personnalisé



QUAND ?

- Dès le 4ème mois de grossesse, mais il n'est jamais trop tard pour le demander



POUR QUI ?

- Toutes les femmes enceintes
- En individuel ou en couple

AVEC QUI ?

- Sage-femme
- Médecin généraliste
- Gynécologue médical ou obstétricien



QUELLE PRISE EN CHARGE ?

- Prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie
- Prescription médicale non nécessaire

L'Entretien Prénatal Précoce fait partie des rendez-vous
OBLIGATOIRES.
S'IL NE VOUS EST PAS PROPOSÉ, DEMANDEZ-LE !



YOU ARE EXPECTING A BABY

DO YOU KNOW ABOUT THE EARLY PRENATAL APPOINTMENT ?

A personal dialogue with you



WHY ?

- Better understand the stages of your pregnancy
- Answer all your questions (health advice, medical exams, medical follow-up, rights and administrative procedures...)
- Implement a personalized follow-up



WHEN ?

- From the 4th month of pregnancy, but it is never too late to ask



WHAT TYPE OF SUPPORT ?

- 100% covered by Health Insurance (Assurance Maladie)
- Medical prescription not required

FOR WHOM ?

- All pregnant women
- Individually or as a couple



WITH WHOM ?

- Midwife
- General practitioner
- Obstetrician gynecologist



The Early Prenatal Appointment is one of the
MANDATORY ones.
IF IT'S NOT PROPOSED, ASK !



LA DOUDOU LISTE

2^{ème} TRIMESTRE

- Planifier votre 2^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre entretien prénatal précoce** avec votre sage-femme ou votre médecin pour parler de l'arrivée de votre enfant. Vous pouvez venir seule ou en couple.
RDV le /..... /..... à h.....
- Prendre rendez-vous pour votre examen bucco-dentaire.**
- Se renseigner auprès de la maternité envisagée :** inscription, frais, projet de naissance ...
- Se renseigner sur les conditions pour bénéficier du congé maternité et paternité** sur ameli.fr (dates, indemnisation...).
- Se renseigner sur les modes de garde** auprès du Relais Petite Enfance.
- Pas encore allocataire de la Caf ?
- Créer votre compte sur caf.fr** et faire une demande de prime à la naissance.



- Planifier votre 3^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre 2^{ème} échographie :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Faire une pré-inscription** pour le mode de garde choisi.
- Selon votre situation, **vérifier vos droits au congé parental** sur servicepublic.fr et au complément de ressources versé par la CAF (PreParE) sur caf.fr

- Planifier votre 4^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Programmer vos 7 séances de préparation à la naissance et à la parentalité.**

- Mettre à jour votre carte Vitale :**
Pour une prise en charge à 100% de toutes les dépenses de santé.
- Pour les couples non mariés, **penser à la déclaration de reconnaissance anticipée qui peut être réalisée par le père en mairie.** Pour les couples de femmes engagés dans un projet d'Assistance médicale à la procréation, la reconnaissance anticipée se fait avant la conception de l'enfant.

FOCUS sur la prise en charge

Les sept examens prénatals obligatoires, les séances de préparation à la naissance et à la parentalité l'entretien prénatal précoce sont pris en charge à 100% dès le début de la grossesse (dans la limite des tarifs de remboursement de l'Assurance Maladie).
A partir du 1^{er} jour du 6^{ème} mois, toutes les dépenses de santé sont prises en charge à 100%.



monenfant.fr
Un mode d'accueil adapté à votre enfant après sa naissance ?

Découvrez toutes les solutions et commencez les recherches sur monenfant.fr

LA DOUDOU LISTE

3^{ème} TRIMESTRE

- Planifier votre 5^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Si besoin, **se renseigner sur les services d'aide à domicile pris en charge** sous condition par la Caf ou par la mutuelle.
- Contactez un pédiatre ou un médecin généraliste en libéral ou en PMI** qui pourra réaliser les examens de suivi médical de votre enfant dans les semaines suivant sa naissance.
- Pour les salariés avec une activité CESU, les personnes en situation de chômage, les travailleurs indépendants, professions libérales et les professionnels de santé, **envoyer les pièces justificatives à la caisse d'assurance maladie pour bénéficier du congé maternité.**
- Planifier votre 6^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre 3^{ème} échographie :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier le rendez-vous avec l'anesthésiste :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Préparer votre retour à domicile après l'accouchement.**
Vous pouvez bénéficier de la visite d'une sage-femme à domicile dans les jours qui suivent votre retour à la maison. Si vous avez une sage-femme qui suit votre grossesse, informez-la dès maintenant que vous comptez sur elle pour cette visite.
- Préparer votre valise pour la maternité.**



La PMI à vos côtés

La Protection maternelle et infantile (PMI) peut aussi vous accompagner pour suivre votre grossesse et préparer l'arrivée de votre enfant.
Retrouvez les coordonnées de la PMI la plus proche sur service-public.fr



Vous rencontrez des difficultés pendant la grossesse ou suite à la naissance (maladie, hospitalisation de l'enfant...)?

Des aides ou un accompagnement peuvent vous être accordés. Renseignez-vous auprès de votre Caf et de votre caisse d'assurance maladie.

MOIS 4

MOIS 5

MOIS 6

MOIS 7

MOIS 8

MOIS 9

LA DOUDOU LISTE



À LA NAISSANCE DE VOTRE ENFANT

- Déclarer la naissance de votre enfant à l'état civil** dans les 5 jours qui suivent votre accouchement. La déclaration doit être faite par une personne ayant assisté à l'accouchement.
- Déclarer votre enfant auprès de l'Assurance Maladie, de la Caf et de la mutuelle.**
- Rattacher votre enfant sur la carte Vitale** du second parent et mettre à jour le(s) carte(s) Vitale.
- Prendre les premiers rendez-vous pour les examens de santé de votre enfant.** Le premier est à effectuer dans les 8 jours suivant la naissance.
- Pendant votre séjour à la maternité, prendre rendez-vous avec la sage-femme de votre choix qui viendra à domicile** pour vous et votre nourrisson dans les jours qui suivent votre retour.
- Planifier votre entretien postnatal précoce** entre 4 et 8 semaines après l'accouchement avec votre sage-femme ou votre médecin. C'est un temps d'échange pour parler de ce que vous ressentez depuis la naissance de votre enfant et aborder éventuellement vos difficultés, vos doutes et vos inquiétudes.
- Planifier jusqu'à 2 séances de suivi postnatal** avec votre sage-femme entre le 6^{ème} jour et la 14^{ème} semaine après votre accouchement, si vous en éprouvez le besoin.
RDV le /..... /..... à h.....
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre consultation médicale postnatale** dans les 6 à 8 semaines après l'accouchement avec votre médecin généraliste, gynécologue ou votre sage-femme pour faire le point sur votre état de santé après votre accouchement :
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier vos séances de rééducation périnéale et abdominale prescrites** par votre médecin, avec votre sage-femme ou votre kiné.



Télécharger l'application "1000 Premiers Jours"

Le compagnon numérique pour suivre les étapes du projet de parentalité jusqu'aux 2 ans de votre enfant.



Comment allez-vous ?

Pour faire le point sur votre moral et être accompagné si besoin, répondez à un rapide questionnaire en flashant ce QR code.



Avec Mon espace santé, conservez vos documents de santé en toute sécurité (ordonnances, résultats d'analyses, comptes rendus d'échographies...) et partagez vos informations utiles avec vos professionnels de santé pour faciliter votre prise en charge. [Rendez-vous sur monespace.sante.fr](https://monespace.sante.fr)



LA DOUDOU LISTE

Tout ce qu'il faut faire à chaque étape de votre grossesse et à la naissance de votre enfant.



1^{er} TRIMESTRE

- Prendre rendez-vous avec un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme pour **confirmer votre grossesse.**

MOIS 1

- Planifier le 1^{er} examen prénatal** avec le médecin généraliste, le gynécologue ou la sage-femme qui vous suit pour vérifier le bon déroulement de votre grossesse :
RDV le /..... /..... à h.....
- Déclarer votre grossesse** auprès de la caisse d'allocations familiales (Caf) et de la caisse d'assurance maladie : directement en ligne par le professionnel de santé, ou en envoyant à la Caf ou à la caisse d'assurance maladie le formulaire qu'il vous remettra.



MOIS 2 ET 3

- Planifier votre 1^{er} échographie** : RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre bilan prénatal de prévention** avec une sage-femme en libéral ou en PMI pour faire le point sur vos habitudes de vie (alimentation, hygiène bucco-dentaire, vaccination...) : RDV le /..... /..... à h.....
- Mettre à jour votre carte Vitale** en pharmacie ou à l'accueil de votre caisse d'assurance maladie.
- Informez de votre grossesse** : votre mutuelle, vos employeurs pour connaître vos droits conventionnels ou Pôle Emploi.

Bénéficiez d'un suivi personnalisé depuis votre compte ameli.

ameli.fr

Activez la rubrique "attends un enfant" dans votre espace "prévention" pour recevoir mois après mois des informations pratiques sur le déroulement et le suivi de votre grossesse. Vous pouvez aussi vous rendre sur la page "Devenir parents" du site ameli.fr

La Caf vous accompagne.

Laissez-vous guider :
Rendez-vous sur caf.fr dans l'espace dédié à la grossesse.

caf.fr

LA DOUDOU LISTE

Tout ce qu'il faut faire à chaque étape de votre grossesse et à la naissance de votre enfant.



1^{er} TRIMESTRE

MOIS 1

- Prendre rendez-vous avec un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme pour **confirmer votre grossesse**.

- Planifier le 1^{er} examen prénatal** avec le médecin généraliste, le gynécologue ou la sage-femme qui vous suit pour vérifier le bon déroulement de votre grossesse : RDV le /..... /..... à h.....

- Déclarer votre grossesse** auprès de la caisse d'allocations familiales (Caf) et de la caisse d'assurance maladie : directement en ligne par le professionnel de santé, ou en envoyant à la Caf ou à la caisse d'assurance maladie le formulaire qu'il vous remettra.



MOIS 2 ET 3

- Planifier votre 1^{ère} échographie** : RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre bilan prénatal de prévention** avec une sage-femme en libéral ou en PMI pour faire le point sur vos habitudes de vie (alimentation, hygiène bucco-dentaire, vaccination...) : RDV le /..... /..... à h.....
- Mettre à jour votre carte Vitale** en pharmacie ou à l'accueil de votre caisse d'assurance maladie.
- Informez de votre grossesse** : votre mutuelle, vos employeurs pour connaître vos droits conventionnels ou Pôle Emploi.

Bénéficiez d'un suivi personnalisé depuis votre compte ameli.

ameli.fr

Activez la rubrique "j'attends un enfant" dans votre espace "prévention" pour recevoir mois après mois des informations pratiques sur le déroulement et le suivi de votre grossesse. Vous pouvez aussi vous rendre sur la page "Devenir parents" du site ameli.fr

La Caf vous accompagne.

Laissez-vous guider : Rendez-vous sur caf.fr dans l'espace dédié à la grossesse.

caf.fr

LA DOUDOU LISTE



2^{ème} TRIMESTRE

MOIS 4

- Planifier votre 2^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre entretien prénatal précoce** avec votre sage-femme ou votre médecin pour parler de l'arrivée de votre enfant. Vous pouvez venir seule ou en couple.
RDV le /..... /..... à h.....
- Prendre rendez-vous pour votre examen bucco-dentaire.**
- Se renseigner auprès de la maternité envisagée :** inscription, frais, projet de naissance ...
- Se renseigner sur les conditions pour bénéficier du congé maternité et paternité** sur ameli.fr (dates, indemnisation...).
- Se renseigner sur les modes de garde** auprès du Relais Petite Enfance.
- Pas encore allocataire de la Caf ?
Créer votre compte sur caf.fr et faire une demande de prime à la naissance.

MOIS 5

- Planifier votre 3^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre 2^{ème} échographie :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Faire une pré-inscription** pour le mode de garde choisi.
- Selon votre situation, **vérifier vos droits au congé parental** sur servicepublic.fr et au complément de ressources versé par la CAF (PreParE) sur caf.fr



MOIS 6

- Planifier votre 4^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Programmer vos 7 séances de préparation à la naissance et à la parentalité.**
- Mettre à jour votre carte Vitale :**
Pour une prise en charge à 100% de toutes les dépenses de santé.
- Pour les couples non mariés, **penser à la déclaration de reconnaissance anticipée qui peut être réalisée par le père en mairie.** Pour les couples de femmes engagés dans un projet d'Assistance médicale à la procréation, la reconnaissance anticipée se fait avant la conception de l'enfant.

monenfant.fr

Un mode d'accueil adapté à votre enfant après sa naissance ?

Découvrez toutes les solutions et commencez les recherches sur monenfant.fr

FOCUS sur la prise en charge



Les sept examens prénatals obligatoires, les séances de préparation à la naissance et à la parentalité l'entretien prénatal précoce sont pris en charge à 100% dès le début de la grossesse (dans la limite des tarifs de remboursement de l'Assurance Maladie).

A partir du 1^{er} jour du 6^{ème} mois, toutes les dépenses de santé sont prises en charge à 100%.



**l'Assurance
Maladie**



ALLOCATIONS
FAMILIALES

LA DOUDOU LISTE



3^{ème} TRIMESTRE

MOIS 7

- Planifier votre 5^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Si besoin, **se renseigner sur les services d'aide à domicile pris en charge** sous condition par la Caf ou par la mutuelle.
- Contacteur un pédiatre ou un médecin généraliste en libéral ou en PMI** qui pourra réaliser les examens de suivi médical de votre enfant dans les semaines suivant sa naissance.
- Pour les salariés avec une activité CESU, les personnes en situation de chômage, les travailleurs indépendants, professions libérales et les professionnels de santé, **envoyer les pièces justificatives à la caisse d'assurance maladie pour bénéficier du congé maternité.**



MOIS 8

- Planifier votre 6^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre 3^{ème} échographie :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier le rendez-vous avec l'anesthésiste :**
RDV le /..... /..... à h.....
- Préparer votre retour à domicile après l'accouchement.**
Vous pouvez bénéficier de la visite d'une sage-femme à domicile dans les jours qui suivent votre retour à la maison. Si vous avez une sage-femme qui suit votre grossesse, informez-la dès maintenant que vous comptez sur elle pour cette visite.
- Préparer votre valise pour la maternité.**

La PMI à vos côtés

La Protection maternelle et infantile (PMI) peut aussi vous accompagner pour suivre votre grossesse et préparer l'arrivée de votre enfant.

Retrouvez les coordonnées de la PMI la plus proche sur service-public.fr

MOIS 9

- Planifier votre 7^{ème} examen prénatal :**
RDV le /..... /..... à h.....



Vous rencontrez des difficultés pendant la grossesse ou suite à la naissance (maladie, hospitalisation de l'enfant...)?

Des aides ou un accompagnement peuvent vous être accordés.
Renseignez-vous auprès de votre Caf et de votre caisse d'assurance maladie.

LA DOUDOU LISTE



À LA NAISSANCE DE VOTRE ENFANT

- Déclarer la naissance de votre enfant à l'état civil** dans les 5 jours qui suivent votre accouchement. La déclaration doit être faite par une personne ayant assisté à l'accouchement.
- Déclarer votre enfant auprès de l'Assurance Maladie, de la Caf et de la mutuelle.**
- Rattacher votre enfant sur la carte Vitale** du second parent et mettre à jour le(s) carte(s) Vitale.
- Prendre les premiers rendez-vous pour les examens de santé de votre enfant.** Le premier est à effectuer dans les 8 jours suivant la naissance.
- Pendant votre séjour à la maternité, **prendre rendez-vous avec la sage-femme de votre choix qui viendra à domicile** pour vous et votre nourrisson dans les jours qui suivent votre retour.
- Planifier votre entretien postnatal précoce entre 4 et 8 semaines après l'accouchement** avec votre sage-femme ou votre médecin. C'est un temps d'échange pour parler de ce que vous ressentez depuis la naissance de votre enfant et aborder éventuellement vos difficultés, vos doutes et vos inquiétudes.
- Planifier jusqu'à 2 séances de suivi postnatal** avec votre sage-femme entre le 8^{ème} jour et la 14^{ème} semaine après votre accouchement, si vous en éprouvez le besoin.
RDV le /..... /..... à h.....
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier votre consultation médicale postnatale** dans les 6 à 8 semaines après l'accouchement avec votre médecin généraliste, gynécologue ou votre sage-femme pour faire le point sur votre état de santé après votre accouchement :
RDV le /..... /..... à h.....
- Planifier vos séances de rééducation** périnéale et abdominale prescrites par votre médecin, avec votre sage-femme ou votre kiné.



Télécharger l'application " 1000 Premiers jours "

Le compagnon numérique pour suivre les étapes du projet de parentalité jusqu'aux 2 ans de votre enfant.



Comment allez-vous ?

Pour faire le point sur votre moral et être accompagné si besoin, répondez à un rapide questionnaire en flashant ce QR code.



Avec **Mon espace santé**, conservez vos documents de santé en toute sécurité (ordonnances, résultats d'analyses, comptes rendus d'échographies...) et partagez vos informations utiles avec vos professionnels de santé pour faciliter votre prise en charge. **Rendez-vous sur monespacesante.fr**



l'Assurance
Maladie



L'ENTRETIEN PRÉNATAL PRÉCOCE

Un rendez-vous incontournable
de votre grossesse



À la fin de cet entretien, il vous sera proposé un **accompagnement de grossesse personnalisé**.

Vous obtiendrez les **informations et ressources nécessaires** afin de répondre à vos attentes et à vos besoins.

Ce sera l'occasion de commencer à **réfléchir à votre projet de naissance** (modalités d'accouchement, allaitement...).

L'ENTRETIEN PRÉNATAL DOIT VOUS ÊTRE PROPOSÉ.

Si ce n'est pas le cas,
demandez-le !

Si le professionnel qui vous suit ne réalise pas d'Entretien Prénatal Précoce, il vous orientera.

RESSOURCES



www.1000-premiers-jours.fr/fr



www.ameli.fr/assure/sante/themes/grossesse/preparation-parentalite



www.caf.fr/allocataires/vies-de-famille/articles/l-entretien-prenatal-precoce-un-soutien-pour-les-parents

Sur mon territoire

1

POURQUOI UN ENTRETIEN ?

L'**Entretien Prénatal Précoce (EPP)** est un moment privilégié d'écoute et de partage au cours de votre grossesse. Aucun examen physique n'est réalisé.

Cet entretien vous permettra de **mieux comprendre toutes les étapes de votre grossesse**, de poser toutes vos questions, d'exprimer vos attentes, de lever vos doutes.

Il est **confidentiel** et dure de 45 minutes à 1 heure.

QUELQUES EXEMPLES DE SUJETS QUE VOUS POURREZ ABORDER :

- Comment je vis ma grossesse ?
- Quelles émotions je ressens ?
- Comment préparer notre couple à l'arrivée de notre enfant ?



2

POUR QUI ?

Pour **toutes** les femmes enceintes. C'est un entretien individuel ou en couple.

4

A QUEL MOMENT ?

Conseillé **dès le 4^{ème} mois de grossesse**, l'Entretien Prénatal Précoce peut être réalisé à tout moment, **dès la déclaration de grossesse**.

3

AVEC QUEL PROFESSIONNEL ?

Avec le professionnel de santé de votre choix :

- sage-femme
- médecin généraliste
- gynécologue médical ou obstétricien

Il peut être réalisé :

- en **cabinet libéral**
- en centre de **PMI** (protection maternelle et infantile)
- en **maternité**



5

QUELLE PRISE EN CHARGE ?

Vous n'avez **pas besoin d'ordonnance**.

Cet entretien, **obligatoire** depuis mai 2020, est **pris en charge à 100%** par l'assurance maladie si la déclaration de grossesse a été faite.

Si vous n'avez pas de couverture sociale, une sage-femme ou un médecin exerçant en centre de PMI pourra vous accueillir.



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

**VOUS SOUHAITEZ BÉNÉFICIER
DU SUIVI À DOMICILE
JUSQU'AU 12^e JOUR
DE VOTRE ENFANT ?
N'ATTENDEZ PAS...**

**Contactez votre sage-femme de ville
avant de quitter la maternité.**

**Vous pouvez aussi choisir une sage-femme avec
l'annuaire santé d'ameli.fr en flashant ce QR code :**



**Les frais médicaux de ces visites seront pris en charge à 100 %
sans avance de frais jusqu'au 12^e jour après la naissance.**



**l'Assurance
Maladie**



**MINISTÈRE
DE LA SANTÉ
ET DE LA PRÉVENTION**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



santé
famille
retraite
services

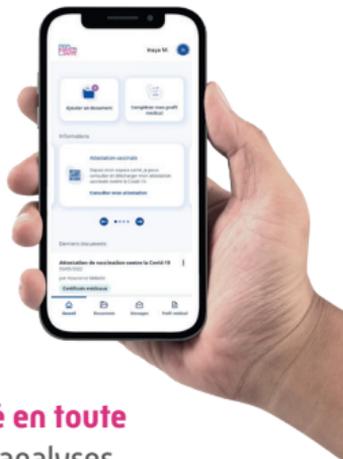


**Partez
à la conquête
d'un nouvel espace
pour votre santé.**

**mon
ESPACE
SANTÉ**

VOUS AVEZ LA MAIN SUR VOTRE SANTÉ.

Mon espace santé, un service pour faciliter votre suivi médical.



Conservez vos documents de santé en toute sécurité : ordonnances, résultats d'analyses, comptes rendus de radiologie...



Partagez vos informations utiles avec les professionnels de santé pour faciliter votre prise en charge ;



Maîtrisez la confidentialité de vos données de santé en choisissant qui peut y accéder ;



Échangez simplement avec vos professionnels de santé grâce à la messagerie sécurisée ;



Suivez et préservez votre santé en utilisant des sites et applications de confiance, référencés par les pouvoirs publics ;



Prochainement, centralisez vos rendez-vous et recevez des rappels de dépistage et de vaccination grâce à l'agenda médical.

Mon espace santé, c'est gratuit et facile à utiliser.



Rendez-vous sur **monespacesante.fr** depuis un ordinateur, une tablette ou un smartphone.



Téléchargez l'application **Mon espace santé**



VOUS SOUHAITEZ PLUS D'INFORMATIONS ?

Contactez-nous par téléphone

3422

**Service gratuit
+ prix appel**

du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30

Consultez
la rubrique Aide

