



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

Val-d'Oise



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France

Réseau Périnatal
du Val d'Oise

LE SUIVI DE VOTRE GROSSESSE



4^e mois

- ☐ 2^e examen prénatal* :
..... / /
- ☐ Entretien prénatal précoce* :
..... / /
- ☐ Prendre un rendez- vous pour un examen bucco- dentaire M'T dents :
..... / /
- ☐ Se renseigner sur les modes de garde auprès du relais petite enfance
- ☐ Se renseigner auprès des maternités : inscription, frais, projet de naissance...
- ☐ Vous n'êtes pas allocataire ? Demander la prime à la naissance sur le site caf.fr
- ☐ Se renseigner sur les conditions pour bénéficier du congé maternité et paternité sur ameli.fr (dates, indemnisation...)

5^e mois

- ☐ 3^e examen prénatal* :
..... / /
- ☐ 2^e échographie :
..... / /
- ☐ Faire une pré-inscription pour le mode de garde choisi
- ☐ Selon votre situation, vérifier les droits au congé parental (servicepublic.fr) et au complément de ressources versé par la Caf (PreParE) sur le site caf.fr



Pour préparer l'arrivée de bébé, la Protection maternelle et infantile (PMI) peut aussi vous accompagner. Retrouvez les coordonnées de la PMI la plus proche sur valdoise.fr

6^e mois

- ☐ 4^e examen prénatal* : / /
- ☐ Programmer les 7 séances de préparation à l'accouchement*
- ☐ Mettre à jour la carte Vitale : prise en charge à 100 % de toutes les dépenses de santé
- ☐ Possibilité d'effectuer en mairie une déclaration de reconnaissance anticipée pour le père (concerne les parents non mariés ou pacsés)
- ☐ Prendre contact avec une sage-femme pour préparer votre sortie de maternité

Vous trouverez toutes les informations sur les sites

- **du réseau périnatal du Val-d'Oise :**
www.rpvo.org
- **de l'Assurance Maladie du Val-d'Oise :**
<https://www.ameli.fr/val-d-oise/assure/sante/devenir-parent/desir-d-enfant-grossesse>
- **de la caisse d'allocations familiales du Val-d'Oise :**
<https://www.caf.fr/allocataires/aides-et-demarches>

**Flashez le QR code et découvrez
1000-premiers-jours.fr,
le site de référence pour les parents
et futurs parents, de la grossesse
aux deux ans de l'enfant.**



Suivez-nous sur

