

# Check-list des démarches du futur parent aux études

## AVANT OU EN DÉBUT DE GROSSESSE

- ✓ Si vous essayez de tomber enceinte, vous pouvez déjà prendre contact avec la responsable du Service de santé et sécurité au travail, afin de vous **renseigner sur l'analyse de risques** concernant votre environnement d'études. Les conditions dans lesquelles vous étudiez pourront être évaluées, plus spécifiquement dans l'optique de la protection de la femme enceinte (ergonomie, pénibilité, hygiène du travail, etc).

## DÉMARCHES PRIVÉES

### ASSURANCES

- ✓ Informez-vous, pendant la grossesse, sur la manière dont **sera assuré votre enfant** après sa naissance.
  - Vous avez le libre choix de la caisse-maladie qui assurera votre enfant ; enfants et parents ne doivent pas forcément être assurés auprès de la même caisse.
  - Pour que votre enfant soit couvert-e dès sa naissance, souscrivez, après comparaison des offres, une **assurance maladie prénatale**.
  - Pensez à y ajouter des **assurances complémentaires**, à conclure avant la naissance de l'enfant.
  - N'oubliez pas d'inclure une **assurance accident**, car l'enfant n'est pas assuré automatiquement en cas d'accident.

### ORGANISATION

- ✓ Cherchez un-e **pédiatre** avant la naissance.
- ✓ Cherchez, si nécessaire, une place en crèche, un-e accueillant-e en milieu familial, ou tout autre **moyen de garde**.
- ✓ Prévoyez une **aide au ménage**, si nécessaire.
- ✓ Après la naissance, **planifiez l'allaitement** / les stocks de lait maternel.
- ✓ Informez-vous sur les **salles d'allaitement** de votre lieu de travail, et organisez ou planifiez déjà votre allaitement en vue de la reprise de votre activité.

### ÉQUIPEMENT ET BESOINS DE L'ENFANT

- ✓ Établissez votre propre **liste de l'équipement** et des nécessités pour accueillir votre ou vos enfants.
- ✓ Préparez et **optimisez votre domicile** pour en augmenter la sécurité, mais aussi pour votre propre confort ainsi que pour votre propre organisation. Un enfant grandit vite, il vaut mieux **anticiper** : barrières de sécurité, fermoirs ou loquets de sécurité pour bébé, protections d'angles et de rebords, aménagement de sa chambre, table à langer, etc.

### FINANCES

- ✓ Vérifiez votre éligibilité aux **subsides de la caisse-maladie**.
- ✓ Vérifiez votre éligibilité aux **prestations complémentaires cantonales familiales**.
- ✓ De manière générale, les **communes aident les parents** dans le coût d'élimination des couches, soit en fournissant gratuitement un certain nombre de sacs à ordures, soit, dans les cas de taxes au poids, en chargeant un montant sur votre carte poubelle, correspondant à un nombre de litres défini. **Renseignez-vous auprès de votre commune pour connaître ces prestations !**

## DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

- ✓ Renseignez-vous sur le fonctionnement des allocations familiales, des allocations de naissance et d'employeur-se et **préparez les documents** qu'il sera nécessaire de fournir à la caisse de compensation compétente, ou à votre employeur-se.
- ✓ Si non marié-e, demandez la **reconnaissance de paternité ainsi que du droit de garde du père** auprès de l'office de l'état civil du lieu de naissance. Le père biologique peut reconnaître son enfant dépourvu-e de filiation à n'importe quel moment, et ce **déjà avant la naissance**.
- ✓ Le cas échéant, renseignez-vous sur la reconnaissance du père **dans son pays d'origine**.
- ✓ **À la naissance de l'enfant**, celle-ci ou celui-ci doit être annoncé-e à l'office de l'état civil du lieu de naissance dans les 3 jours à compter de l'accouchement. En règle générale, les hôpitaux ou les maisons de naissance se chargent de cette formalité.
- ✓ Après la naissance, vous recevez un **acte de naissance** dont vous aurez besoin pour remise à tous les services officiels, et à votre employeur-se pour les demandes d'allocations familiales.

## APRÈS LA NAISSANCE

- ✓ Demandez les **allocations familiales**, l'allocation de naissance ou d'adoption, et l'allocation d'employeur-se.
- ✓ **Pour les pères qui travaillent** : prenez votre congé paternité dans les 6 mois suivant la naissance de l'enfant.

*Téléchargeable sur la plateforme « famille » de l'Unifr > futurs parents*