

Bien grandir et être en bonne santé tout au long de sa vie



Protection Maternelle Infantile

Quels services pouvez-vous y trouver?

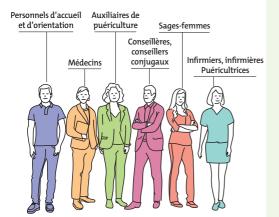
Ille-et-Vilaine, la vie à taille humaine

La PMI

(Protection Maternelle et Infantile)

un service du Département

Ils sont à vos côtés, dans votre Centre départemental d'action sociale





PMI : consultations médicales des enfants de o à 6 ans



Consultations médicales

par une ou un médecin de la PMI

6 ans

Conseils et accompagnement

par un ou une puéricultrice ou un ou une auxiliaire de puériculture

PMI: centre de planification

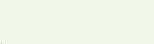


Conseils et accompagnement

par une ou un médecin, une ou un conseiller conjugal, un ou une sage-femme : amour, sexualité et contraception

...et aussi la vaccination gratuite tout au long de la vie

15 ans





PMI: bilan de 4 ans à l'école

Le bilan des 4 ans

par un ou une infirmière : vue, ouïe, motricité, langage

Vos vaccins et ceux de vos enfants sont-ils à jour?



Vaccination

Quel que soit votre âge, adulte, jeune et enfant, vous pouvez **mettre à jour vos vaccins**, sur simple rendez-vous, dans l'un des sept centres de vaccination situés dans les Centres départementaux d'action sociale (Cdas).

Où se trouve votre centre de vaccination?

Les centres de vaccination à Rennes

- Cdas Rennes centre : 02 99 02 30 35 Lundi de 14 h à 17 h et vendredi de 9 h à 12 h.
- Cdas Le Blosne Francisco-Ferrer : 02 23 30 10 10 2 mercredis par mois de 9 h 30 à 11 h 30.

Les centres de vaccination hors de Rennes

- Cdas du pays de Brocéliande : 02 99 09 16 47 3e jeudi du mois, de 14 h 30 à 17 h.
- Cdas du pays de Fougères : 02 99 94 58 58 2^e jeudi du mois de 14 h 30 à 17 h.
- Cdas du pays de Redon : 02 99 71 13 37 1^{er} jeudi du mois de 14 h 30 à 17 h.
- Cdas de Saint-Malo : 02 99 40 62 20 4^e mardi du mois de 14 h 30 à 17 h.
- Cdas du pays de Vitré : 02 90 02 92 10 4^e jeudi du mois de 14 h 30 à 17 h.

Retrouvez les coordonnées des Centres de vaccination sur www.ille-et-vilaine.fr/vaccination



Grossesse, arrivée d'un futur bébé:parents, comment être accompagnés?



médical



Conseils

Suivi de la grossesse, préparation à la naissance et à l'accouchement, conseils sur l'arrivée de bébé: tous les futurs parents peuvent bénéficier de l'accompagnement d'un e sage-femme PMI soit à domicile, soit au Centre départemental d'action sociale (Cdas).

Dès le 4° mois de grossesse, vous pourrez échanger sur votre santé, vos questions ou vos peurs, lors d'un entretien prénatal. Ce rendez-vous n'est pas obligatoire mais il est conseillé. Le futur papa peut y participer.

Le carnet de maternité, qui doit vous être remis au moment de votre déclaration de grossesse, vous apporte des informations sur le déroulement du suivi de votre grossesse, vos droits, vos obligations... Il est également un lien entre les professionnels qui suivront votre grossesse jusqu'à l'accouchement.



Bébé est là : comment être accompagné pour répondre au mieux à ses besoins ?







Suivi du poids



Vaccination



Alimentation



Jeux et éveil

Votre bébé vient de naître et vous avez besoin d'aide ou de conseils?

Une puéricultrice de la Protection Maternelle et Infantile (PMI) peut venir vous rendre visite chez vous ou vous proposer un rendez-vous dans votre Centre départemental d'action sociale. Vous pouvez également bénéficier d'une aide à domicile.

Les médecins, avec les infirmières-puéricultrices et auxiliaires de puériculture peuvent aussi assurer le suivi médical préventif de votre enfant (dont les examens obligatoires de 0 à 6 ans). Ils vous reçoivent et vous conseillent, dans le respect de vos choix en tant que parents.

Ces consultations sont gratuites,



mais n'oubliez pas, d'apporter votre **carte vitale**!



La PMI ce sont aussi des ateliers pour les parents et les petits :

massage, allaitement, rencontres entre parents, éveil culturel et artistique (livres...), etc.

Où trouver un mode d'accueil pour votre enfant?

Pour trouver un-e assistant-e maternel·le ou une maison d'assistant-es maternel·les : informations, conseils et contacts sont disponibles sur www.assistantsmaternels35.fr. Rechercher un mode de garde (accueil collectif, individuel, accueil de loisirs sans hébergement...) faire une simulation de coûts, faire une demande d'information en ligne, toutes ces démarches sont possibles sur www.monenfant.fr. Vous y trouverez aussi les coordonnées de votre Relais assistants maternels (Ram).

Besoin d'aide lors du retour à la maison, à qui vous adresser?



L'Assurance Maladie vous propose, le PRADO, service d'accompagnement au retour

à domicile après votre accouchement. Toutes les informations utiles sont sur www.ameli.fr, rubrique: droits-demarches/famille/maternite-paternite-adoption/accouchement-retourdomicile.



La Caisse d'allocations familiales

favorise une intervention de soutien temporaire à domicile. Toutes les informations utiles sur les services

conventionnés et les conditions sont sur www.caf.fr, rubrique : offre de service/petite enfance.



Bilan de santé à l'école maternelle : pour quoi faire ?











Les infirmières PMI vont à la rencontre, à l'école maternelle, de tous les enfants du département.

Entre 3 et 4 ans, c'est l'âge idéal pour réaliser un bilan de santé afin de vérifier si tout va bien.

Ce n'est pas toujours facile de repérer les petits soucis de santé qui pourraient gêner votre enfant dans son quotidien :

- Voit-il bien?
- Entend-il bien?
- Sait-il se faire comprendre?
- Est-il à l'aise dans son corps ?
- Grandit-il bien?

Parents, vous pourrez être présents, pour échanger avec l'infirmière sur la vie de votre enfant (ses habitudes, son sommeil, son alimentation...).

L'avis d'un médecin pourra être demandé si un souci de santé est dépisté. Parents : vous rencontrez des difficultés ou vous vous sentez démunis ? Vous ne savez plus comment faire ?

Vous pouvez être accompagné et soutenu. Adressez-vous à votre Centre départemental d'action sociale.

Votre enfant présente des difficultés particulières ou est en situation de handicap? Vous n'êtes pas seul.

Les équipes de Protection Maternelle et Infantile des Cdas sont à votre disposition pour vous soutenir. Ils pourront vous orienter vers des professionnels et des services spécialisés.

Vous pouvez aussi vous adresser à la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH), 13, avenue de Cucillé à Rennes (0800 35 35 05 – numéro gratuit) ou à l'un des 14 Centres locaux d'information et de coordination d'Ille-et-Vilaine.

Pour en savoir plus : www.mdph35.fr et www.ille-et-vilaine.fr/clic.

Amour, sexualité, contraception :

besoin d'en parler?









Sexualités

Contraception

IVG

Vie de couple

Des lieux pour s'informer, parler, consulter.

Médecin, sage-femme, conseiller-ère conjugal-e et familial-e vous accueillent dans les Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF): contraception, relations de couple, infections sexuellement transmissibles, interruption volontaire de grossesse (IVG), violences conjugales.

Confidentiel et gratuit.

Où se trouve votre centre de planification et d'éducation familiale?

Rennes

- Cdas Champs Manceaux
- Cdas Maurepas-Patton

Pays de Rennes

 Antenne du Cdas de Saint-Aubin-d'Aubigné

Combourg

- Cdas du Pays de Combourg
- Antenne du Cdas de la Baie à Dol-de-Bretagne

Fougères

- Cdas du pays de Fougères
- Antenne du Cdas des Marches de Bretagne à Maen Roch

Redon

• Cdas du pays de Redon

Vitré

- Cdas du pays de Vitré
- Antenne du Cdas du Pays de la Roche-aux-Fées à Janzé

Brocéliande

 Cdas du pays de Brocéliande à Monfort-sur-Meu

Vallons-de-Vilaine

 Cdas du Semnon à Bain-de-Bretagne

Les autres centres

- Centre de planification de l'Hôpital Sud (CHU) à Rennes : 02 99 26 59 23
- Planning familial 35 de Rennes : 02 99 31 54 22
- Centre hospitalier de Saint-Malo : 02 99 21 21 99
- Planning familial 35 de Saint-Malo: 02 99 56 20 75

Retrouvez les coordonnées des Centres de planification sur www.ille-et-vilaine.fr/centreplanif

Comment trouver le service de Protection Maternelle et Infantile le plus proche de chez vous?





Info sociale en ligne, un numéro à votre écoute

Famille, logement, santé, éducation, chômage, travail... Info sociale en ligne répond à toutes vos questions de vie quotidienne et d'accès aux droits. Des travailleurs sociaux peuvent vous accompagner dans vos démarches ou vous orienter vers les services adaptés. L'anonymat est garanti.

INFO SOCIALE EN LIGNE

0 800 95 35 45 (Numéro vert : appel gratuit) du lundi au vendredi, de 9 h à 18 h isl@ille-et-vilaine.fr www.info-sociale35.fr

Retrouvez les lieux de consultation PMI

sur www.ille-et-vilaine.fr/pmi ou en contactant le service Info sociale en ligne au 0 800 95 35 45 (Numéro vert : appel gratuit)

