



Ille & Vilaine
LE DEPARTEMENT

**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 infantile)

un service du Département

**Quels services
pouvez-vous y trouver ?**

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

Personnels d'accueil
et d'orientation

Auxiliaires de
puériculture

Sages-femmes

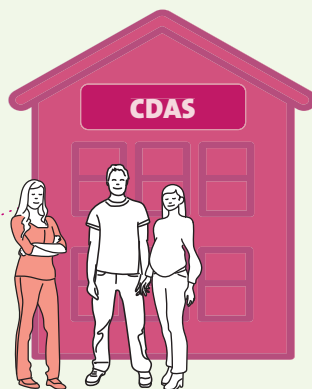
Médecins

Conseillères,
conseillers
conjugaux

Infirmiers, infirmières
Puéricultrices



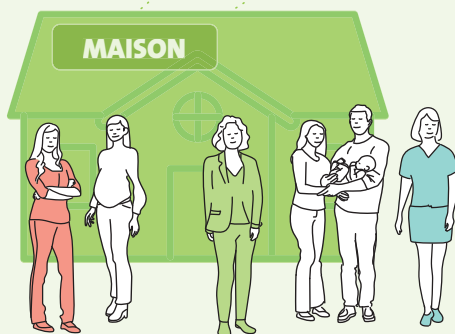
**PMI : suivi de grossesse
au CDAS**



**Le suivi de grossesse
par un ou une sage-femme**

Grossesse

Naissance



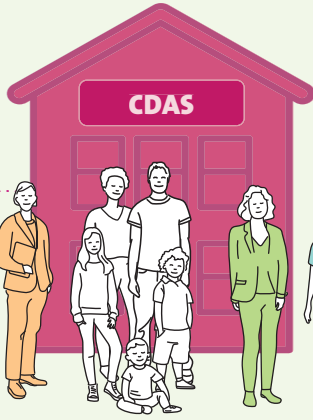
**PMI : suivi
de grossesse
à la maison**

Suivi par
un ou une
sage-femme

**PMI : suivi de
bébé à la maison**

**Après la naissance
de l'enfant** par
un ou une puéricultrice
ou un ou une auxiliaire
de puériculture

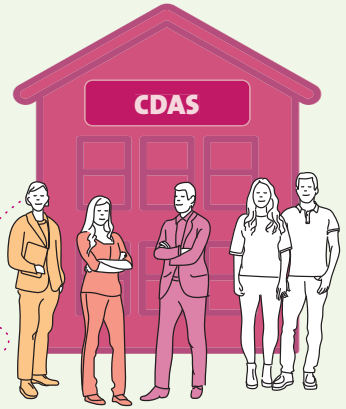
PMI : consultations médicales des enfants de 0 à 6 ans



**Consultations
médicales**
par une ou un
médecin de la PMI

**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



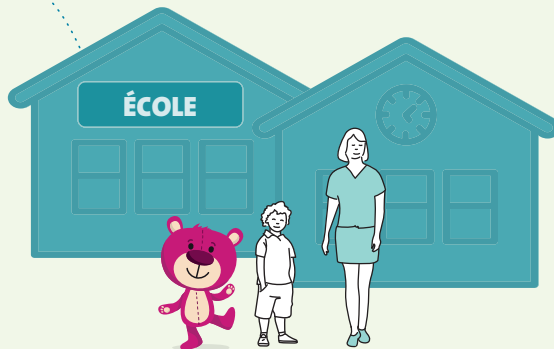
**...et aussi la vaccination
gratuite tout au long de la vie**

4 ans

6 ans

15 ans

18 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 six centres de vaccination situés dans les Centres départementaux d'action sociale (Cdas).

Où se trouve mon 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 Blossne – Fransisco-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
3^e 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
3^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.

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

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



Suivi
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'une sage-femme PMI soit à domicile, soit au Centre départemental d'action sociale (Cdas).

Un entretien prénatal non obligatoire mais conseillé dès le 4^e mois de grossesse vous est proposé ainsi qu'au futur papa.
Au cours de cet entretien, vous pourrez **échanger sur votre santé, vos difficultés ou vos peurs éventuelles...**

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 de communication 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 de la taille



Suivi du poids



Vaccination



Alimentation



Jeux et éveil



Conseils

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

Une puéricultrice PMI peut venir vous rendre visite chez vous ou vous proposer un rendez-vous au Centre départemental d'action sociale le plus proche de votre domicile. Vous pouvez également bénéficier d'une aide à domicile.

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

Ces consultations PMI sont gratuites,



mais n'oubliez pas, quand même, 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.

Trouver un mode d'accueil pour mon enfant, où m'adresser ?

Pour trouver un-e assistant-e maternel-le ou une maison d'assistants maternels : informations, conseils et contacts sont disponibles sur le www.assistantsmaternels35.fr.

Les informations portant sur les crèches, multi-accueils, micro-crèches, halte-garderies et les coordonnées de votre Relais assistants maternels (RAM) sont sur www.monenfant.fr.

Besoin d'aide lors du retour à la maison, où m'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/acouchement-retour-domicile*.



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 ?



Vue



Ouïe



Motricité



Langage

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 PMI 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 déposé.

Parents : vous rencontrez des difficultés ou vous vous sentez démunis ? Vous ne savez plus comment faire ?

Vous pouvez être accompagné et soutenu dans votre rôle de parent. Adressez-vous à votre Centre départemental d'action sociale (coordonnées en dernière page de ce carnet de santé).

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

Les équipes PMI 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 (0 810 01 19 19 – numéro Azur, accessible au coût d'un appel local, à partir d'un téléphone fixe) 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 ?



Sexualité



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 mon centre de planification et d'éducation familiale ?

Rennes

- Cdas Champs Manceaux : 02 99 02 48 88
- Cdas Maurepas-Patton : 02 99 27 48 00

Pays de Rennes

- Antenne du Cdas de Saint-Aubin-d'Aubigné : 02 99 02 37 77

Combourg

- Cdas du Pays de Combourg : 02 99 73 05 69
- Antenne du Cdas de la Baie à Dol-de-Bretagne : 02 99 48 21 92

Fougères

- Cdas du pays de Fougères : 02 99 94 58 58
- Antenne du Cdas des Marches de Bretagne à Maen Roch : 02 99 97 88 66

Redon

- Cdas du pays de Redon : 02 99 71 13 37

Vitré

- Cdas du pays de Vitré : 02 90 02 92 10
- Antenne du Cdas du Pays de la Roche-aux-Fées à Janzé : 02 99 47 57 80

Brocéliande

- Cdas du pays de Brocéliande à Monfort-sur-Meu : 02 99 09 15 53

Vallons-de-Vilaine

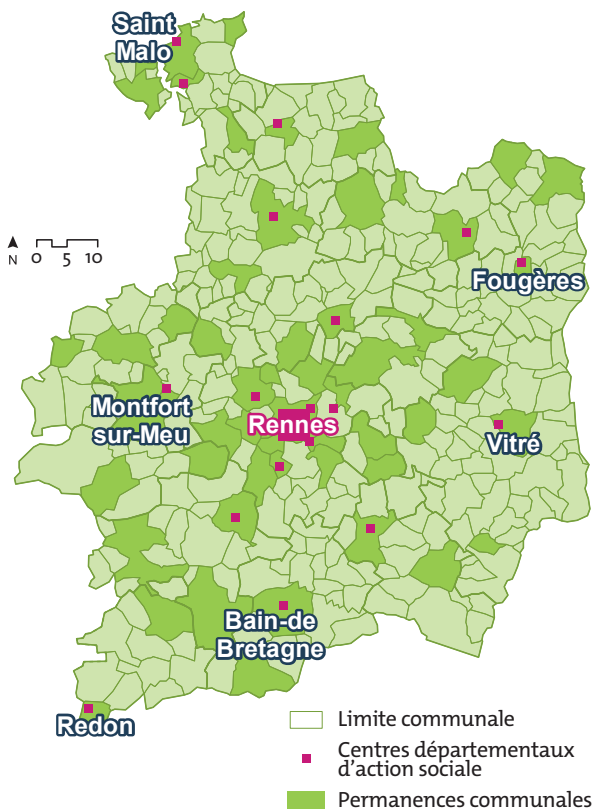
- Cdas du Semnon à Bain-de-Bretagne : 02 90 02 93 10

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

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

Comment trouver la PMI la 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
0 810 20 35 35*
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 0 810 20 35 35*.

*Coût d'une communication locale + 5 cts d'euro par appel