



**La MC m'accompagne
pendant la grossesse**



2025

Vous êtes enceinte... Félicitations !

Mettre au monde un enfant est une expérience unique dans votre vie, pour votre couple et votre famille. La naissance d'un bébé implique aussi de nouvelles responsabilités, un changement de statut et parfois quelques inquiétudes sur les démarches à entreprendre.

C'est pourquoi la MC, partenaire de votre santé, a réalisé pour vous ce guide. **L'objectif est de vous accompagner tout au long de ce moment de vie** en vous proposant des conseils adaptés à chaque étape de la grossesse.

La partie "Après la naissance" (au dos de la brochure) vous donne aussi des informations pratiques sur vos droits et sur les formalités à accomplir durant les mois qui suivent l'accouchement.

Bonne lecture !



Vous avez d'autres questions ?
La MC vous accompagne dans vos démarches liées à la grossesse et à la naissance. Rendez-vous sur mc.be/grossesse-naissance pour chatter avec un conseiller ou envoyer un formulaire de demande en ligne. Vous pouvez aussi contacter un conseiller au **081 81 28 28**.

Suivez-nous également sur Facebook : facebook.com/mutualitechretienne



Pour vous aider à y voir plus clair, consultez, au centre de ce guide, **la check-list avec toutes les formalités administratives** à entreprendre selon votre statut (salariée, demandeuse d'emploi ou indépendante). **Une check-list de questions santé et administratives à poser à votre gynécologue et/ou votre sage-femme** y est aussi reprise !



Retrouvez toutes nos infos santé en lien avec la grossesse, la naissance et la vie avec bébé sur notre blog santé : mc.be/sante-grossesse-naissance

Pendant la grossesse

Enceinte, que devez-vous savoir ?

Travailler pendant votre grossesse

- Les mesures de protection
- Les examens médicaux
- L'écartement en cas de milieu à risque

Quel suivi durant votre grossesse ?

- Choisir un prestataire de soins et le lieu de l'accouchement
- Le remboursement des soins
- La préparation à l'accouchement

Les autres démarches à prévoir

- La filiation et la reconnaissance
- L'inscription en milieu d'accueil
- La prime de naissance

Vos avantages santé

- Une grossesse sans tabac
- La kiné périnatale
- La MC intervient aussi...

Bientôt l'accouchement...

Le repos de maternité

- La durée du repos de maternité
- Les indemnités de maternité

Préparer votre admission à l'hôpital

- La déclaration d'admission
- Payer un acompte

La MC vous chouchoute

- Une couverture hospitalisation
- Un cadeau de grossesse
- De nombreux avantages

Les questions à poser à mon prestataire de soins Ma check-list administrative

Encart
central



Enceinte, que devez-vous savoir ?

Travailler pendant votre grossesse

Les mesures de protection

Lorsque le médecin a confirmé votre grossesse, **prévenez immédiatement votre employeur** que vous êtes enceinte en lui remettant un certificat médical, par courrier recommandé ou contre accusé de réception (au plus tard 7 semaines avant la naissance).

À partir du moment où votre employeur est informé de votre grossesse, vous bénéficiez des différentes mesures légales de protection de la maternité, à savoir :

- la protection contre un licenciement éventuel jusqu'à la fin du mois qui suit le repos postnatal sauf si le motif du licenciement est étranger à la grossesse, ce que l'employeur devra prouver
- l'interdiction du travail de nuit et des heures supplémentaires sous certaines conditions
- l'interdiction d'effectuer certains travaux dangereux pour votre santé et/ou celle de votre enfant (attention, il existe plusieurs exceptions à la règle).

Vous êtes demandeuse d'emploi ? Au cours des premiers mois de grossesse, envoyez un certificat médical à Actiris (si vous habitez à Bruxelles) ou au Forem (si vous habitez en Wallonie) pour ne pas recevoir d'offres d'emploi pouvant nuire à votre santé ou à celle du bébé. Si vous habitez en Wallonie et que vous êtes enceinte de 6 mois, vous ne devez plus prouver une recherche de travail, et cela jusqu'au 4^e mois qui suit l'accouchement (sur base d'un certificat médical). Si vous habitez Bruxelles, vous n'êtes pas tenue de chercher du travail 1 semaine avant l'accouchement et jusqu'à 9 semaines après celui-ci. Durant un entretien, l'employeur ne peut poser aucune question sur une éventuelle grossesse (ou sur un désir de grossesse).

Les examens médicaux

Pendant votre grossesse, **vous avez le droit de vous absenter du travail pendant les consultations prénatales** quand celles-ci ne peuvent avoir lieu en dehors des heures de travail et cela, en conservant votre salaire normal. Vous devez toutefois en informer préalablement votre employeur.

Il n'y a pas de nombre maximum d'examens autorisés, mais votre absence ne peut se faire que pour la durée de l'examen. Si une convention, un règlement de travail ou l'employeur vous y invite, vous devez remettre une attestation médicale justifiant votre absence.

Vous entamez un processus de procréation médicalement assistée (PMA) ? Vous avez le droit de vous absenter du travail pour les examens, traitements et interventions médicales qui ne peuvent avoir lieu en dehors des heures de travail. Pour cela, avertissez préalablement votre employeur de votre absence.



La MC intervient jusqu'à 200€ par cycle pour la PMA (jusqu'à 6 cycles).



Pour plus d'infos, contactez un conseiller MC et/ou téléchargez la brochure en ligne "Fécondation in vitro et travail : un parcours de combattante" via le site igvm-iefh.belgium.be.



Pour plus d'infos, contactez votre conseiller.

L'écartement en cas de milieu à risque

Certaines conditions de travail sont considérées comme à risque pour les femmes enceintes (par exemple, le fait de travailler avec des personnes malades, des jeunes enfants, des substances dangereuses...). Dans ce cas, dès qu'il est averti de votre grossesse, votre employeur doit vous écarter de votre poste de travail en attendant que vous soyez convoquée par le médecin du travail.

Si celui-ci confirme l'écartement, l'employeur aura la possibilité d'adapter vos conditions de travail ou de vous affecter à une autre tâche. Si ce n'est pas possible, votre travail sera suspendu jusqu'au début du repos de maternité.

- **Vous êtes écartée totalement du travail durant votre grossesse ?** Vous recevez une indemnité qui s'élève à **78,24 % de votre salaire journalier brut plafonné** à partir du 1^{er} jour de l'écartement.
- **Vous exercez un travail adapté avec diminution de salaire ou vous exercez deux emplois ?** Vos indemnités seront calculées sur base des renseignements fournis par chacun de vos employeurs.

- **Vous êtes en période d'écartement complet avant votre repos de maternité ?** Vous avez le droit de reporter les semaines prénatales facultatives non prises (5 maximum) après la naissance de votre bébé (voir pages 16-17).

Pour bénéficier de l'indemnité concernée, vous devez transmettre 3 documents à votre mutualité :

- une copie du formulaire d'évaluation de santé complété par le conseiller en prévention/ médecin du travail
- une attestation d'écartement du travail des travailleuses enceintes, accouchées ou allaitantes préalablement complétée par votre employeur
- une attestation du médecin traitant ou du gynécologue reprenant la date présumée de l'accouchement et une indication "naissances multiples" (jumeaux, triplés...) s'il y a lieu.



Pour plus d'infos sur les mesures de protection légales de la maternité, consultez le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale
Tél. : **02 233 41 11**
E-mail : **spf@emploi.belgique.be**
Site web : **emploi.belgique.be**

(gynécologue, anesthésiste, kinésithérapeute, pédiatre...), qu'ils soient conventionnés ou non, peuvent réclamer des suppléments d'honoraires, parfois très importants.

Choisir un prestataire de soins

- **Vous êtes suivie par un spécialiste en gynécologie et obstétrique ?** N'hésitez pas à lui poser quelques questions pour évaluer le montant de ses prestations : est-il conventionné ou non ? Dans quel hôpital pratique-t-il les accouchements ? Sera-t-il présent le jour de l'accouchement ? Va-t-il facturer des suppléments d'honoraires ? Quels sont les tarifs pratiqués par l'hôpital où vous serez suivie ? En fonction de ses réponses, vous pourrez choisir de continuer le suivi de votre grossesse avec votre gynécologue ou d'en changer en optant, par exemple, pour un gynécologue conventionné travaillant dans un hôpital pratiquant peu de suppléments d'honoraires. **Un suivi de grossesse est relativement le même d'un médecin à l'autre, et ce n'est pas parce que l'on paye moins qu'on est moins bien soigné.** Savoir quelles vont être les conséquences financières d'un accouchement sur le budget familial peut être une donnée importante. Avoir confiance en la personne avec qui vous effectuez ce suivi en est une autre. L'essentiel, c'est que vous puissiez choisir votre praticien en étant bien informée et éviter toute mauvaise surprise !

Un médecin conventionné s'engage à respecter les tarifs légaux fixés par l'Inami. Un médecin non conventionné fixe librement ses honoraires.

À l'hôpital, en chambre à 2 lits, le patient est protégé car aucun supplément d'honoraires ne peut être demandé, même si le médecin est non conventionné.



En revanche, en chambre individuelle, tous les médecins peuvent demander des suppléments d'honoraires. De plus, un supplément de chambre est réclamé par l'hôpital, par jour d'hospitalisation.

Renseignez-vous chez votre médecin ou au Service d'admission de l'hôpital (les modalités d'admission sont en général consultables sur le site web de l'hôpital, rubrique "hospitalisation").

- **Vous êtes accompagnée par une sage-femme ?** Si celle-ci est conventionnée, les consultations pré- et postnatales sont remboursées à 100% par l'assurance obligatoire. Les honoraires pour les préparations à l'accouchement sont cependant libres. Des suppléments peuvent dès lors être facturés et seront à votre charge. La sage-femme peut être sollicitée dès le désir de grossesse. Elle peut vous accompagner avant la naissance et pendant l'accouchement (renseignez-vous auprès de votre hôpital pour savoir si une sage-femme indépendante peut être présente). Durant la grossesse, cet accompagnement se fait en collaboration avec le médecin généraliste et/ou le gynécologue. Elle assure aussi les soins post-partum à domicile et peut être consultée durant la première année de votre enfant. L'accouchement peut se dérouler à l'hôpital, en maison de naissance, en gîte intra-hospitalier ou à domicile.



Pour savoir si votre prestataire de soins est conventionné ou pour en trouver un près de chez vous, rendez-vous sur **mc.be/prestataires**.



Pour trouver une sage-femme dans votre région, consultez la carte interactive du site **sage-femme.be**. Pour savoir si elle est conventionnée, rendez-vous sur **mc.be/prestataires**.

Choisir un lieu pour accoucher

- **Accoucher à l'hôpital** est le choix le plus commun. La durée du séjour sera en général plus longue en cas d'accouchement par césarienne que par voie basse. À noter aussi que les frais hospitaliers peuvent fortement varier en fonction de l'hôpital !



La MC vous propose des assurances hospitalisation sur mesure et à moindre coût. Plus d'infos en p.25 ou via le site **mc.be/hospi**.

- **La maison de naissance** est un établissement (maison ou partie de maison) distinct mais géographiquement proche d'un hôpital, tenu par des sages-femmes. Quand la grossesse se déroule normalement, vous pouvez y être suivie médicalement, y accoucher et y trouver d'autres services en lien avec la maternité (exemple : hypnose, massage pour bébé).
- **L'accouchement à domicile** est accompagné par un professionnel (sage-femme, gynécologue, médecin généraliste). Ce type d'accouchement est possible pour la naissance d'un bébé à terme (entre la 37^e et 42^e semaine), uniquement si vous êtes en bonne santé et que le déroulement de la grossesse laisse présager un déroulement normal. Accoucher en dehors de l'hôpital en cas de grossesse à bas risque est possible, à condition que la grossesse et la naissance soient surveillées par une sage-femme.



En tant qu'affiliée à la MC et grâce à Hospi solidaire, vous bénéficiez d'une intervention forfaitaire de **150 € en cas d'accouchement à domicile ou dans une maison de naissance**.



Pour plus d'informations, contactez votre conseiller.

Choisir un prestataire de soins et le lieu de l'accouchement

Le suivi d'une grossesse peut parfois représenter un budget important. Celui-ci va surtout dépendre du choix de votre prestataire (conventionné ou non) et du lieu de l'accouchement (à l'hôpital, en maison de naissance ou à domicile). Le choix de la chambre est déterminant ! En effet, en chambre individuelle, les prestataires de soins

Le remboursement des soins

Avant tout, il est important de savoir que **votre couverture en soins de santé est essentielle !**

Pour pouvoir bénéficier de l'intervention de la mutualité dans le remboursement des soins liés aux frais d'hospitalisation, de prestations médicales et paramédicales avant et après l'accouchement, vous devez en effet "être en règle de mutuelle".

Cela signifie que vous devez disposer de droits à l'assurance obligatoire (automatique en tant que salarié, indépendant, chômeur... ou comme personne à charge) et que vous payez vos cotisations d'assurance complémentaire.



Vos droits en matière de soins de santé dépendent de votre statut à la mutualité.

En cas de doute, prenez contact avec votre conseiller mutualiste pour vérifier vos droits.

Vous pourrez dès lors transmettre à votre mutualité les **attestations de soins** remises par votre médecin, gynécologue, kinésithérapeute ou un autre prestataire pour être remboursée. Elles sont valables 2 ans. Sur chaque document transmis, il vous est aussi demandé de coller une **vignette jaune** pour pouvoir vous identifier.

Lorsque vous vous rendez à l'hôpital, chez un autre prestataire de soins ou chez le pharmacien, vous devez toujours avoir votre **carte d'identité électronique** sur vous. Elle ne contient aucune donnée sur votre état ou sur vos soins de santé. Cependant, elle permet aux prestataires de consulter en ligne vos droits en matière de remboursement des soins de santé via un réseau sécurisé.

Les remboursements pour les échographies et autres examens médicaux

L'assurance obligatoire rembourse **3 échographies maximum, si la grossesse n'est pas à risque**. Des interventions sont également prévues pour des échographies supplémentaires en cas de grossesse à risque ou de détection d'anomalies.

Un remboursement de la mutualité est aussi prévu en cas de test prénatal non invasif (**TPNI** ou **NIPT** en anglais). Effectué sur base d'une prise de sang, ce **test de dépistage de la trisomie 21** assure des résultats plus fiables que ceux de l'amniocentèse. En Belgique, le TPNI est remboursé par l'assurance obligatoire. Le montant à votre charge après remboursement sera de 8,68€ (il est remboursé intégralement si vous bénéficiez de l'intervention majorée).

Les remboursements en cas de naissance à l'hôpital

En étant affiliée à la MC et en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire, vous bénéficiez d'office d'une couverture hospitalisation : **Hospi solidaire**. Vous et votre enfant êtes couverts sans stage d'attente. Elle vous donne accès à des soins de santé de qualité à des prix raisonnables, en chambre à 2 lits.

Vous pouvez également souscrire une assurance facultative Hospi +, Hospi +100 ou Hospi +200 et en bénéficier après seulement 6 mois de stage, même si vous êtes déjà enceinte !

Les suppléments d'honoraires (plafonnés à 100 %) pour des prestations ayant lieu 30 jours avant ou 90 jours après l'hospitalisation peuvent être remboursés pour vous et votre bébé via une demande d'intervention pour les frais pré- et post-hospitalisation si vous avez souscrit Hospi +100 ou +200.

- Pour savoir comment vous informer sur la liste, les prix des produits et les services pratiqués à l'hôpital, voir en p.23, "**La déclaration d'admission**".
- Retrouvez aussi toutes les informations utiles sur les assurances hospitalisation de la MC en p.25.



La préparation à l'accouchement

Diverses techniques de préparation existent pour passer une grossesse harmonieuse et bien vivre l'accouchement. Proposées en général par des **sages-femmes ou des kinésithérapeutes**, toutes ces préparations travaillent sur une base commune : la respiration, la relaxation, une meilleure connaissance de son propre corps et des bouleversements liés à la grossesse et à l'accouchement. La participation de l'autre parent à tous ces préparatifs est évidemment un plus.



- La MC rembourse **entièrement les visites chez le gynécologue, la sage-femme, les échographies et les séances de kiné périnatale pendant la grossesse et jusqu'à 3 mois après l'accouchement**. Seuls les suppléments d'honoraires éventuels ne sont pas remboursés.
- La MC rembourse **15€ par séance d'ostéopathie** (jusqu'à 75€ par an), chez un ostéopathe diplômé ! Plus d'infos en p. 26.



Pour connaître les différentes méthodes de préparation à l'accouchement, rendez-vous sur **mc.be/sante-grossesse-naissance**

Les autres démarches à prévoir

La filiation et la reconnaissance

- Vous êtes mariés : votre conjoint est automatiquement considéré comme le parent légal de l'enfant. C'est également le cas si vous êtes séparés ou divorcés depuis moins de 300 jours.
- Vous n'êtes pas mariés : le lien de filiation peut être établi auprès de l'administration communale. Cette reconnaissance officielle doit se faire avec votre consentement de future mère, sur présentation d'un certificat attestant la date présumée d'accouchement.



Ces règles sont aussi valables pour les couples homosexuels.

L'inscription en milieu d'accueil

Votre enfant n'est pas encore né mais il faut déjà penser au moment où il devra être confié à un milieu d'accueil. En effet, **les listes d'attente peuvent être longues selon la région où vous habitez...** En choisissant un milieu d'accueil pour votre enfant le plus tôt possible, vous ne serez pas contrainte de recourir, dans l'urgence, à une solution que vous ne souhaitez pas vraiment.

Vous travaillez et vous choisissez d'inscrire votre enfant dans une crèche ou chez une accueillante d'enfants ? Vous pouvez introduire votre demande à partir du 3^e mois de grossesse. Si la réponse est positive, **vous devrez confirmer votre demande d'inscription lors du 7^e mois de grossesse.**

Il existe des **milieux d'accueil en collectivité** (ex : les crèches communales ou privées) ou à domicile (ex : les accueillantes d'enfants conventionnées ou indépendantes). Ces milieux doivent respecter les conditions minimales

de fonctionnement (respect du code de qualité, projet d'accueil, locaux, personnel, surveillance à la santé...). Les milieux d'accueil sont reconnus par l'ONE, l'Office de la Naissance et de l'Enfance (Région wallonne et Région de Bruxelles-Capitale) ou par Kind en Gezin (Région flamande et Région de Bruxelles-Capitale).



Contactez l'**ONE** (l'Office de la Naissance et de l'Enfance) ou **Kind en Gezin** pour obtenir plus d'infos (différences de prix selon le milieu d'accueil choisi, types de services proposés...) et la liste des milieux d'accueil dans votre commune ou région. Des brochures relatives aux milieux d'accueil et à la petite enfance sont aussi disponibles gratuitement sur le site **one.be**, rubrique "Brochures".

ONE

Tél. : **02 542 12 11**

E-mail : **info@one.be**

Site web : **one.be**



Kind en Gezin

Tél. : **078 150 100**

E-mail : **info@kindengezin.be**

Site web : **kindengezin.be**

La prime de naissance

La prime de naissance est une somme forfaitaire versée pour la naissance d'un enfant. **En tant que (future) maman, c'est vous qui en faites la demande et qui la recevez.**

La région compétente, le montant ainsi que le système d'allocations familiales seront déterminés par votre domicile officiel en cas de demande anticipée ou par le domicile de l'enfant en cas de demande après la naissance.



Vous pouvez choisir votre Caisse d'allocations familiales. Faites votre demande dans la Caisse de votre choix, agréée dans votre région.

Pendant votre grossesse (et jusqu'à 5 ans après la naissance de votre enfant), vous pouvez introduire une demande de prime de naissance auprès de Camille, la Caisse d'allocations familiales partenaire de la MC. Cette prime vous sera versée au plus tôt 2 mois avant la date présumée de votre accouchement. En cas de co-maternité, la prime de naissance est payée à la mère biologique.

Quel est le montant de la prime de naissance ?

En Wallonie, vous percevez 1 340,90 € (montant au 1^{er} mai 2024) par enfant.

À Bruxelles, vous percevez 1 340,90 € s'il s'agit d'un premier enfant pour l'un des parents, et 609,50 € pour les suivants.

En cas de naissances multiples, vous touchez 1 340,90 € par enfant (montants au 1^{er} mai 2024).

En cas d'adoption

En Wallonie et à Bruxelles, les montants de la prime d'adoption sont identiques à ceux de l'allocation de naissance.



En tant qu'indépendante, si vous bénéficiez de l'assurance maternité, vous êtes automatiquement dispensée du paiement de la cotisation sociale pour le trimestre qui suit la naissance de votre bébé.

Et pour vous aider au quotidien, vous pouvez également profiter gratuitement de 105 titres-services après l'accouchement. Pour plus d'infos, contactez la Caisse d'assurances sociales UCM.

Tél. : **081 320 725**

E-mail : **cas@ucm.be**

Site web : **ucm.be**



La prime de naissance : à qui adresser la demande ?

En Wallonie

Adressez-vous à Camille, la Caisse d'allocations familiales partenaire de la MC. Des conseillers sont à votre disposition pour toute question éventuelle.

Tél. : 081 325 900

E-mail : bonjour@camille.be

Site web : camille.be



À Bruxelles

Adressez-vous à BrusselsFamily

Tél. : 02 227 19 60

E-mail : info@brusselsfamily.be

Site web : brusselsfamily.be



Retrouvez toutes les infos utiles sur les allocations familiales en p.5 de la 2^e partie de cette brochure (Après la naissance) !



Vos avantages santé

Une grossesse sans tabac

Arrêter de fumer en raison de la grossesse, c'est possible ! Et c'est essentiel pour vous et votre bébé. Sur base d'un certificat médical, vous pouvez vous faire aider par un professionnel de la santé. Vous bénéficiez alors d'un **remboursement de 30 € par séance d'aide au sevrage tabagique, jusqu'à 8 consultations par grossesse** ! Cet accompagnement spécifique est assuré par un médecin généraliste ou un tabacologue reconnu. Il prend en charge les 3 dépendances associées au tabagisme : physique, psychologique et comportementale. Les médicaments prescrits dans le cadre de ce programme ne sont pas couverts par ce remboursement.



Rendez-vous sur fares.be
ou sur tabacstop.be
ou contactez la ligne
Tabac-Stop
au 0800 111 00

La kiné périnatale

Vous vous préparez bientôt à l'accouchement et/ou vous pensez déjà à vous remettre en forme après celui-ci ? Dans le cadre de l'assurance obligatoire et sur prescription médicale, vous avez droit à une **intervention pour 9 séances de kiné périnatale par grossesse** (avant et/ou après votre accouchement).

La MC vous rembourse le montant restant à charge après l'intervention de l'assurance obligatoire pour vos séances de kiné périnatale pendant la grossesse et jusqu'à 3 mois après l'accouchement. Seuls les suppléments d'honoraires éventuels ne sont pas remboursés.



Préparez vos visites chez le kiné en téléchargeant la check-list des questions santé et administratives à lui poser avant et après la naissance de votre bébé !

Plus d'infos sur :

mc.be/questions-prestataires



Vous souhaitez être encore mieux couverte pour vos séances de kiné ?

Optez pour Medi +, l'assurance soins quotidiens de la MC.

Plus d'infos sur mc.be/medi

La MC intervient aussi...

Vous disposez d'une assurance Hospi +100 ou Hospi +200 ? Vous pouvez envoyer une demande d'intervention pour les frais pré- et post-hospitalisation, y compris pour les suppléments (plafonnés à 100%) liés aux soins ayant lieu 30 jours avant ou 90 jours après l'hospitalisation.



Retrouvez toutes les infos utiles sur les assurances hospitalisation de la MC en p.25.



Téléchargez le formulaire d'intervention via mc.be/formulaires

Bientôt l'accouchement...

Le repos de maternité

Que vous soyez salariée, demandeuse d'emploi ou indépendante, vous avez droit en tant que future maman à un repos de maternité. Il vous permettra de vous préparer à l'accouchement, de vous reposer après la naissance et de passer du temps avec votre bébé.

La durée du repos de maternité

Le repos de maternité se divise en 2 périodes : le repos prénatal (avant l'accouchement) et le repos postnatal (à partir de la naissance). Le repos de maternité a une durée de 15 semaines si vous êtes salariée ou demandeuse d'emploi (19 semaines en cas de naissances multiples) et de 12 semaines si vous êtes indépendante (13 semaines en cas de naissances multiples).



Pour le repos postnatal, voir aussi la 2^e partie de cette brochure (Après la naissance), en p.7.



Pendant la période des 6 semaines (ou 8 en cas de naissances multiples) qui précèdent l'accouchement, **certains jours de travail non prestés peuvent être reportés après le repos postnatal** à condition que le repos prénatal n'ait pas encore débuté. Par exemple, les congés annuels, les jours fériés légaux, les jours de congé octroyés à l'occasion d'événements familiaux...



Une question ?
Contactez un conseiller.

Vous êtes salariée* ou demandeuse d'emploi

Une naissance



Repos prénatal
6 semaines
=
1 semaine
obligatoire
5 semaines
facultatives

Repos postnatal
9 semaines
=
9 semaines
obligatoires
+ le solde du repos
prénatal facultatif

Total : 15 semaines

Naissances multiples



Repos prénatal
8 semaines
=
1 semaine
obligatoire
7 semaines
facultatives

Repos postnatal
11 semaines
=
9 semaines
obligatoires
+ le solde du repos
prénatal facultatif
+
**Repos postnatal
facultatif**
2 semaines

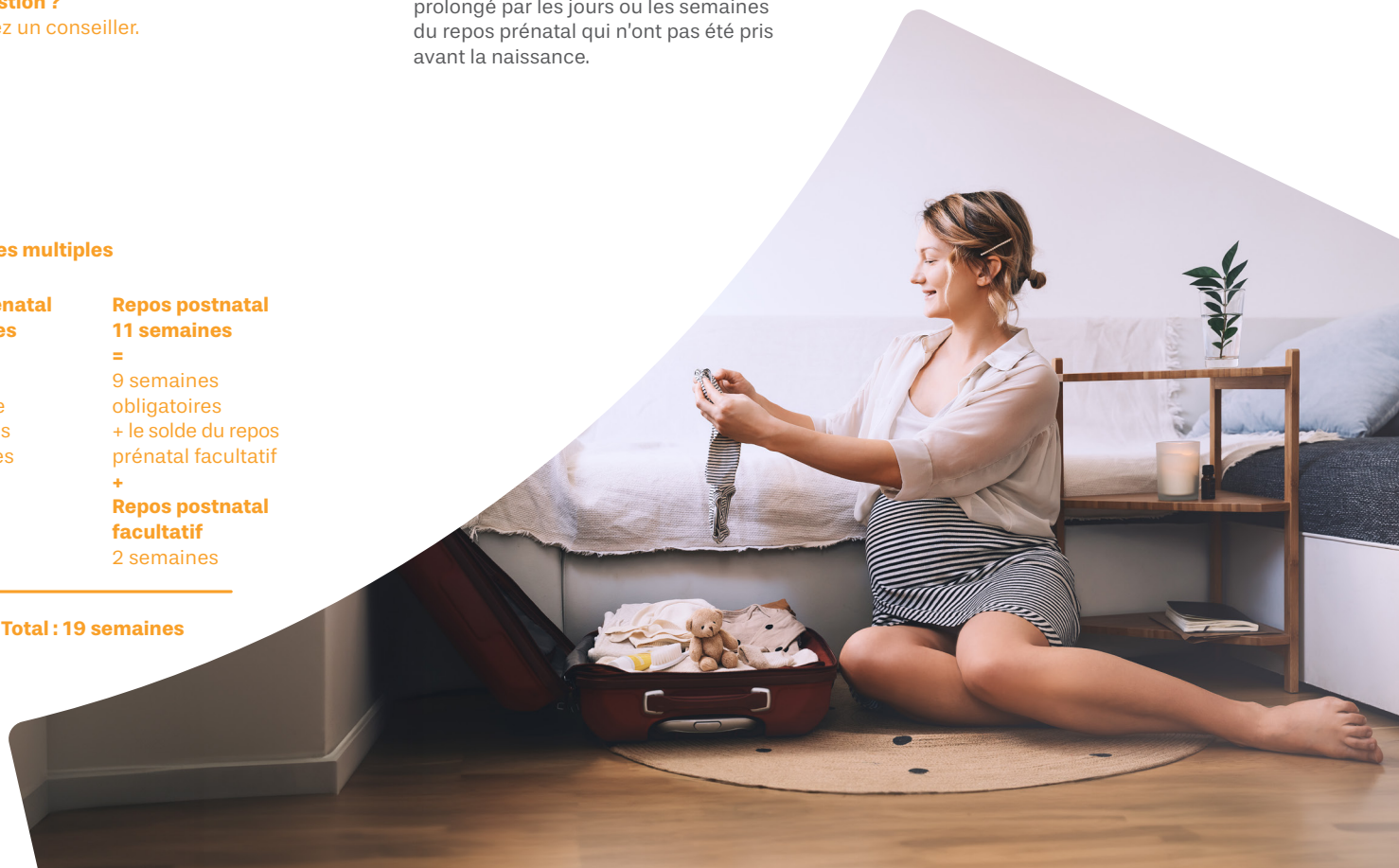
Total : 19 semaines

Vous attendez un seul enfant ? Vous avez droit à 15 semaines de repos de maternité.

• **Quand démarre le repos prénatal ?** Le repos prénatal débute, à votre demande, au plus tôt 6 semaines avant la date présumée de l'accouchement et, au plus tard, 1 semaine avant cette même date. **La dernière semaine du repos prénatal est obligatoire** : vous devez interrompre toute activité ou le chômage 7 jours calendrier avant la date présumée de l'accouchement. **Les 5 autres semaines du repos prénatal sont facultatives.** Vous êtes libre de les prendre avant l'accouchement ou de les reporter, totalement ou partiellement, après votre repos postnatal.

• **Combien de temps dure le repos postnatal ?** Le repos postnatal dure minimum 9 semaines après l'accouchement. Il commence le jour de l'accouchement et sera éventuellement prolongé par les jours ou les semaines du repos prénatal qui n'ont pas été pris avant la naissance.

- **Vous êtes demandeuse d'emploi :** vous n'êtes plus considérée comme demandeuse d'emploi pendant le repos de maternité. Le repos postnatal obligatoire est de 9 semaines après l'accouchement. Il commence le jour de l'accouchement et sera éventuellement prolongé par les jours ou les semaines du repos prénatal qui n'ont pas été pris avant la naissance.
- **Vous avez travaillé jusqu'au jour de votre accouchement :** le repos postnatal commence le lendemain du jour de l'accouchement. Dans ce cas, votre repos durera 14 semaines.



* Ouvrière, employée dans le secteur privé ou dans le secteur public mais non nommée.

- **Vous avez été en incapacité de travail, au chômage temporaire en cas de force majeure ou en écartement complet durant votre repos de maternité prénatal ?** Vous pouvez reporter ces jours à votre repos de maternité postnatal. Vous avez donc le choix de postposer les 5 semaines de repos prénatal facultatif après la période de repos postnatal. Résultat: vous êtes assurée de rester auprès de votre bébé pendant 14 semaines après l'accouchement !



Pour plus d'infos, consultez votre conseiller mutualiste (par chat via le site mc.be/grossesse-naissance).

Vous attendez plusieurs enfants (jumeaux, triplés...) ? Vous avez droit à 19 semaines de repos de maternité.

- **Quand démarre le repos prénatal ?** Le repos prénatal débute, à votre demande, au plus tôt 8 semaines avant la date présumée de l'accouchement, et au plus tard une semaine avant cette même date.
La dernière semaine du repos prénatal

est obligatoire avant l'accouchement.

Les 7 autres semaines sont facultatives et peuvent être prises avant ou après la naissance.

- **Combien de temps dure le repos postnatal ?**

Le repos postnatal dure minimum **9 semaines**. Il commence le jour de l'accouchement et sera éventuellement prolongé par les jours ou les semaines du repos prénatal qui peuvent être reportés.

- **Vous avez été en incapacité de travail, au chômage temporaire en cas de force majeure ou en écartement complet durant votre repos de maternité prénatal ?** Vous pouvez reporter ces jours à votre repos de maternité postnatal. Vous avez donc le choix de postposer les 7 semaines de repos prénatal facultatif après la période de repos postnatal. Résultat: vous êtes assurée de rester auprès de vos bébés pendant 18 semaines après l'accouchement !



Quelques situations particulières

- **Votre accouchement a lieu avant la date présumée :** il est possible que vous perdiez tout ou une partie de la semaine prénatale obligatoire. **Dans ce cas, votre repos postnatal ne sera prolongé que par les jours ou les semaines du repos prénatal facultatif qui n'ont pas été épuisés (maximum 5 semaines).**
- **Votre accouchement a lieu après la date présumée et les semaines de repos prénatal ont été épuisées ?** Le repos prénatal sera prolongé jusqu'à la date réelle de l'accouchement. La durée du repos postnatal ne pourra pas dépasser 9 semaines (11 en cas de naissances multiples).
- **Vous êtes en période d'écartement complet avant votre repos de maternité ?** Cette période est transférable à votre repos de maternité postnatal. Ainsi, vous bénéficiez d'une indemnité d'écartement jusqu'à la semaine qui précède la date prévue de

votre accouchement. Votre repos de maternité débutera alors une semaine avant votre accouchement et se terminera 14 semaines à partir du jour de la naissance de votre enfant.

Vous avez des questions à ce sujet ?
Rendez-vous en agence ou appelez le **081 81 28 28**.



Les conseillers de la MC sont à votre disposition pour répondre à toutes vos questions (par chat via le site mc.be/grossesse-naissance) !



Vous êtes indépendante ou conjointe aidante

Une naissance

Repos obligatoire 3 semaines

=

1 semaine avant la naissance
2 semaines à partir de la naissance

Repos facultatif 9 semaines

=

Période prénatale : Vous pouvez commencer le repos de maternité 1 ou 2 semaines avant la période obligatoire.

Période postnatale : Vous pouvez entamer les semaines facultatives non prises via une ou plusieurs périodes de 7 jours calendrier dans les 36 semaines après la date de fin du repos d'accouchement obligatoire.

Si vous reprenez votre activité d'indépendante à mi-temps max., la durée du repos facultatif sera de 18 semaines.

Total : de 3 à 12 semaines



Naissances multiples

Repos obligatoire 3 semaines

=

1 semaine avant la naissance
2 semaines à partir de la naissance

Repos facultatif 10 semaines

=

Période prénatale : Vous pouvez commencer le repos de maternité 1 ou 2 semaines avant la période obligatoire.

Période postnatale : Vous pouvez entamer les semaines facultatives non prises via une ou plusieurs périodes de 7 jours calendrier dans les 36 semaines après la date de fin du repos d'accouchement obligatoire.

Si vous reprenez votre activité d'indépendante à mi-temps max., la durée du repos facultatif sera de 20 semaines.

Total : de 3 à 13 semaines



Vous attendez un seul enfant ?
Vous avez droit à un repos de maternité de 3 à 12 semaines (moyennant le respect de certaines conditions).

- **Le repos de maternité normal se compose de :**

- **3 semaines de repos obligatoire**, dont 1 semaine avant et 2 semaines après la naissance
- **9 semaines de repos facultatif**

Vous attendez plusieurs enfants (jumeaux, triplés...) ? Vous avez droit à un **repos de maternité de 3 à 13 semaines** (moyennant le respect de certaines conditions).

- **Le repos de maternité normal se compose de :**

- **3 semaines de repos obligatoire**, dont 1 semaine avant et 2 semaines après la naissance
- **10 semaines de repos facultatif**

- **Quand démarre le repos prénatal ?** Vous pouvez prendre une partie du repos facultatif entre la 3^e semaine et le 7^e jour avant la date présumée de l'accouchement. Il s'agit au maximum de 2 semaines facultatives qui font partie des 9 (10 en cas de naissances multiples) semaines de repos facultatif.

- **Combien de temps dure le repos postnatal ?** Les 9 semaines (10 en cas de naissances multiples) de repos facultatif (ou leur solde) peuvent aussi être prises par période de 7 jours calendrier comme repos postnatal, et ce jusqu'à 36 semaines après la date de fin du repos d'accouchement obligatoire. **Pendant votre repos de maternité facultatif, vous avez la possibilité de reprendre votre activité d'indépendante à mi-temps.** Dans ce cas, chaque semaine est convertie en 2 semaines. Le nombre total des semaines facultatives atteint alors 18 semaines (20 en cas de naissances multiples).



Les indemnités de maternité

Combien allez-vous percevoir ?

- Vous êtes salariée ou demandeuse d'emploi : le montant de vos indemnités varie selon votre situation (avec ou sans contrat de travail). Reportez-vous au tableau ci-dessous !

Les indemnités de maternité sont prises en charge par la mutualité dès le premier jour de votre repos de maternité, sauf si vous êtes fonctionnaire nommée.

- Vous êtes fonctionnaire nommée : durant toute la durée du repos de maternité, votre organisme public paie vos indemnités. Vous continuez donc à percevoir votre salaire à 100 %.

- Vous êtes indépendante ou conjointe aidante :
 - L'indemnité de maternité s'élève à 872,87€ bruts par semaine, pour les 4 premières semaines et 798,37€ à partir de la 5e semaine (montants valables au 1er mai 2024). Il s'agit d'un montant forfaitaire lié à l'index, à multiplier par le nombre de semaines de repos de maternité.
 - Vous reprenez votre activité d'indépendante à mi-temps durant votre repos facultatif ? Votre indemnité de maternité s'élève à 436,44€ bruts par semaine, pour les 4 premières semaines et 399,18€ à partir de la 5e semaine (montants valables au 1er mai 2024).
 - Vous attendez plusieurs enfants ? Votre indemnité s'élève à 872,87€ bruts par semaine, pour les 4 premières

semaines et 798,37€ bruts à partir de la 5e semaine (1 semaine supplémentaire est alors accordée). Si vous reprenez votre activité à mi-temps, votre indemnité s'élève à 436,44€ bruts par semaine, pour les 4 premières semaines et 399,18€ à partir de la 5e semaine (montants valables au 1er mai 2024).

Il est obligatoire de prendre au minimum 3 semaines de repos pour bénéficier de l'indemnité. Si la totalité de la période minimale n'est pas prise, aucune indemnité ne sera octroyée !

- Vous avez dû arrêter le travail pour écartement bien avant le début de votre repos prénatal : vous êtes indemnisée par la mutualité dès le premier jour d'arrêt de travail à raison de 78,24 % du dernier salaire mensuel brut plafonné.

En tant que salariée ou demandeuse d'emploi, vous avez droit à une indemnité de maternité si vous avez accompli un stage d'attente de 6 mois et si vous avez payé suffisamment de cotisations sociales (il faut avoir travaillé 120 jours pendant 6 mois à temps plein ou 400 heures pendant 6 mois à temps partiel).

Vous êtes indépendante ? Vérifiez avec votre Caisse d'allocations sociales que vous êtes en ordre de cotisations sociales pour les 2 trimestres précédant l'ouverture du dossier. Prenez contact avec votre conseiller mutualiste pour vérifier vos droits éventuels aux indemnités de repos de maternité.

Une question ?
Téléphonez au 081 81 28 28 ou contactez un conseiller.

Les indemnités de repos de maternité sont payées à raison de 6 jours par semaine. Elles ne peuvent pas être cumulées :

- avec une indemnité de préavis
- avec des congés payés
- avec la rémunération différée payée aux enseignants temporaires
- avec d'autres indemnités légales

Comment bénéficier des indemnités de maternité ?

Dès que vous cessez le travail ou le chômage, vous devez faire parvenir au médecin-conseil de la mutualité un certificat médical précisant le début du repos de maternité ainsi que la date présumée de l'accouchement. Faites-le de préférence via le formulaire en ligne disponible sur ma.mc.be !



* Salaire brut plafonné: 179,54 € (au 1er mai 2024). Un précompte professionnel de 11,11 % est perçu sur toutes les indemnités versées par la mutualité.



Quel que soit votre statut, ne tardez pas à renvoyer à votre mutualité la feuille de renseignements complétée par vous afin qu'elle puisse procéder au paiement. Utilisez de préférence le formulaire en ligne disponible sur **mc.be/incapacite** ou dans l'**app Ma MC**.

Par ailleurs, n'oubliez pas d'envoyer l'attestation de naissance à votre mutualité au plus tôt !

- **Vous êtes salariée :** dès réception de votre certificat, la mutualité vous fera parvenir :
 - **une feuille de renseignements d'indemnités** à compléter par vos soins sur **mc.be/incapacite** ou dans l'**app Ma MC**. La mutualité contactera directement votre employeur pour obtenir les informations nécessaires.
 - **une attestation à compléter** et à renvoyer dans les 8 jours suivant la reprise du travail. L'employeur enverra de son côté une confirmation de votre reprise par voie électronique à votre mutualité.



Pour les travailleuses salariées et les demandeuses d'emploi, **un précompte professionnel (impôt direct) de 11,11 % est perçu** sur toutes les indemnités versées par la mutualité. Cependant, certaines situations ne sont pas soumises à ce précompte. S'il est prélevé sur vos indemnités, il sera visible sur la lettre accompagnant le premier paiement des indemnités.

Vous avez changé d'employeur ou de statut professionnel récemment ? Signalez-le lors de l'envoi de votre certificat médical.



N'oubliez pas d'envoyer aussi un certificat médical à votre employeur si vous travaillez.

- **Vous êtes demandeuse d'emploi :** dès réception de votre certificat, la mutualité vous fera parvenir :

- **une feuille de renseignements d'indemnités** à compléter par vos soins sur **mc.be/incapacite** ou dans l'**app Ma MC**. La mutualité contactera directement l'organisme de paiement de vos allocations de chômage pour obtenir les informations nécessaires.

- **une attestation à compléter** et à renvoyer dans les 8 jours suivant la reprise du chômage ou du travail. L'organisme de paiement de vos allocations de chômage enverra de son côté une confirmation de votre reprise par voie électronique à votre mutualité.



En tant que demandeuse d'emploi, vous ne devez donc pas envoyer de certificat médical à votre syndicat ou à la CAPAC, mais vous devez leur remettre votre **carte de contrôle** en y indiquant, par la lettre M (comme maladie), la date à partir de laquelle vous êtes en repos prénatal. Ainsi, le Forem ou Actiris sera informé de votre repos de maternité.

- **Vous êtes indépendante ou épouse aidante :** vous devez introduire une **demande d'allocation de maternité** auprès de votre mutualité en mentionnant la date de début du repos de maternité et le nombre de semaines facultatives du repos de maternité que vous prenez, ainsi qu'une **déclaration de cessation totale d'activité** durant la période de repos demandée. Un certificat médical doit y être joint en indiquant la date présumée de l'accouchement. Vous pouvez obtenir ces documents en contactant votre conseiller au 081 81 28 28.



En tant qu'indépendante, vous avez droit aux indemnités de maternité si vous êtes assujettie au statut social des indépendants à titre principal ou comme conjointe aidante (maxi-statut). Vous devez être en ordre de cotisations sociales.



En tant qu'indépendante, si votre dossier est en ordre, le paiement de vos indemnités se fera tous les mois. Pour plus d'infos, contactez votre conseiller MC !

Préparer votre admission à l'hôpital

La déclaration d'admission

Vous prévoyez d'accoucher à l'hôpital ? Prenez le temps de vous informer sur la liste et les tarifs des produits et services qui y sont pratiqués. Le choix d'une chambre individuelle engendre en effet des suppléments qu'il vaut mieux connaître à l'avance.

Une déclaration d'admission vous sera remise lors de votre arrivée à la maternité. Elle peut aussi être demandée à l'avance (ce document est parfois disponible sur le site web des établissements hospitaliers). Établie en double exemplaire (un pour l'hôpital et un autre pour vous), cette déclaration reprend les informations financières relatives à votre hospitalisation et vous permet de mieux **identifier les prestations médicales, les suppléments de chambre et les suppléments d'honoraires**, qui auront un impact sur la facture finale.

Prendre le temps de vous informer avant l'accouchement est important avant de signer ce document, **demandez donc à recevoir ce formulaire à l'avance**. Par la suite, conservez bien l'exemplaire qui vous est destiné : il pourra vous être utile si vous souhaitez contester la facture.

En cas d'admission en urgence et si votre état de santé ne vous le permet pas, le formulaire pourra être signé par l'un de vos proches ou plus tard par vous.



N'hésitez pas à contacter votre conseiller MC à ce sujet.



La déclaration n'est pas un devis. Certains frais non médicaux ou les frais qui ne sont pas prévisibles (notamment les dépenses liées à d'éventuelles complications), ne sont pas listés alors qu'ils peuvent être partiellement ou totalement à votre charge. Ils peuvent aussi s'avérer très élevés.



Dans le cas où l'on vous demande si vous avez une assurance hospitalisation, vous n'êtes pas tenu de le dire. **Mais il peut être opportun de mentionner que votre assurance ne couvre qu'un pourcentage limité des frais.** Si nécessaire, vous pouvez obtenir une attestation de couverture auprès de la MC.

Payer un acompte

Certaines maternités demandent de payer un acompte (éventuellement renouvelable par période de 7 jours) pour votre séjour. Le montant varie selon le type de chambre choisi ou si vous bénéficiez de l'intervention majorée. Fixé par l'hôpital, il est en général mentionné dans la déclaration d'admission. Aucun autre montant ne peut être réclamé pendant votre séjour ! Lorsque vous payez un acompte, demandez toujours un reçu et vérifiez qu'il a bien été déduit de votre facture d'hospitalisation.

- **Vous êtes en chambre à 2 lits ?** L'acompte ne dépassera pas 150 €. Dans le cas où vous n'êtes pas en mesure de payer l'acompte, l'hôpital ne peut pas refuser votre admission.

• Vous bénéficiez de l'intervention majorée ?

Si vous choisissez une chambre à 2 lits, l'acompte est limité à 50 €.

Vous avez souscrit une assurance Hospi +, Hospi +100 ou Hospi +200 ? L'acompte vous sera remboursé (après déduction de la franchise) si vous séjournez au moins une nuit à l'hôpital :

- intégralement en cas d'hospitalisation en chambre à 2 lits.
- jusqu'à max. 500 € en cas d'hospitalisation en chambre individuelle grâce à votre assurance Hospi +100 ou Hospi +200.

Avec Hospi +, le remboursement est plafonné à l'acompte qui vous serait réclamé en chambre à 2 lits, même lorsque vous choisissez une chambre individuelle.



Pour en savoir plus sur votre facture d'hospitalisation, consultez la 2^e partie de cette brochure (Après la naissance), en p.11.

La MC vous chouchoute

Une couverture hospitalisation

Dès que vous êtes enceinte, assurez-vous d'être bien couverte pour votre future admission à l'hôpital. Vous êtes affiliée à la MC ? Vous bénéficiez déjà de la couverture Hospi solidaire pour tout séjour en chambre à 2 lits. Mais vous pouvez aussi la compléter par une assurance facultative de la MC. Dans ce cas, le stage d'attente n'est que de 6 mois, même lorsque vous êtes enceinte !

Hospi solidaire

- **Une couverture hospitalisation offerte par la MC.** Vous êtes en ordre d'assurance complémentaire ? Bonne nouvelle, **Hospi solidaire est déjà comprise dans votre cotisation :**
 - **sans stage d'attente**, sans questionnaire ni examen médical, sans limite d'âge ou exclusion, et sans plafond d'intervention !
 - **votre bébé est aussi couvert** dès sa naissance et, jusqu'à ses 18 ans, sans franchise !
- **Hospi solidaire garantit aussi...** En chambre à 2 lits :
 - de ne jamais payer plus de 275 € de franchise par hospitalisation
 - de ne jamais déboursier plus de 550 € de franchise par an en cas d'hospitalisations multiples
 - une intervention de 150 € si vous accouchez à domicile ou dans une maison de naissance
 - une intervention de 15 € par jour dans vos frais pour accompagner vos enfants de moins de 18 ans. Si vous accompagnez un adulte, Hospi solidaire intervient à hauteur de 6,20 € par jour
 - 100 % des frais remboursés pour le dépistage de la surdité chez le nouveau-né, au tarif fixé par le Programme de dépistage néonatal de la surdité (depistageneonatal.be)*.

Les assurances hospitalisation de la MC

Vous souhaitez une prise en charge encore plus étendue de vos frais hospitaliers ? La MC vous propose des assurances facultatives à petits prix !

- **Hospi +** diminue la franchise de la couverture Hospi solidaire (maximum 100 € par an, même en cas d'hospitalisations multiples) et offre des remboursements complémentaires en chambre à 2 lits. Elle intervient aussi dans les frais de location de matériel de puériculture et dans le remboursement de l'acompte (voir p.24). **Le stage d'attente n'est que de 6 mois, même en cas de grossesse !**
- **Hospi +100 ou Hospi +200** intervient dans vos frais d'hospitalisation en chambre individuelle (maximum 100 € de franchise par an), dans les frais de location de matériel de puériculture et dans le remboursement de l'acompte. Cette assurance rembourse vos frais médicaux et paramédicaux (hors médicaments) 30 jours avant et 90 jours après votre hospitalisation. Les suppléments d'honoraires en lien avec le choix d'une chambre individuelle sont remboursés jusqu'à une fois (Hospi +100) ou deux fois (Hospi +200) le tarif légal fixé par l'Inami. Vous bénéficiez aussi d'une prise en charge des suppléments liés à la chambre individuelle jusqu'à 100 € par jour. Le stage d'attente n'est que de 6 mois, **même si vous êtes enceinte !**

- Vous pouvez nous transmettre vos demandes d'intervention pour un acompte ou une facture d'hospitalisation directement en ligne. Rendez-vous sur **mc.be/declaration-hospi**. En quelques clics, votre dossier est soumis !



Comparer les tarifs pratiqués par les hôpitaux, c'est possible ! Rendez-vous sur **mc.be/comparer-hopitaux** et accédez à un module de calcul. Il vous permet de comparer les tarifs pour les services de maternité. Appelez aussi le **081 81 28 28** pour que la MC réalise cette comparaison pour vous !



Pour plus d'infos, rendez-vous sur **mc.be/hospi**



Pour plus d'infos, rendez-vous sur **mc.be/hospi-solidaire**

Un cadeau de grossesse

Pour marquer le coup, la MC et son partenaire Qualias vous offrent **un coussin d'allaitement de la marque Doomoo ou un bon d'achat de 50€** (dont 25€ offerts par Qualias) valable dans tous les magasins Qualias, à l'exception du webshop. Pour l'obtenir, remplissez le formulaire en ligne sur **mc.be/declaration-grossesse**.



qualias.be



De nombreux avantages

La MC vous propose une multitude d'avantages et de services avant et après la naissance. Parmi ceux-ci :

- **accompagnement périnatal :** les **visites** (chez le gynécologue, la sage-femme, les échographies et les séances de kiné périnatale) sont **entièrement remboursées pendant la grossesse et jusqu'à 3 mois après l'accouchement**. Seuls les suppléments d'honoraires éventuels ne sont pas remboursés.
- **jusqu'à 50€** par an pour vos frais d'inscription à un sport ou un événement sportif ou 150 € tous les 3 ans sur l'achat d'un vélo (à partir de l'année des 19 ans).
- **jusqu'à 75€** par an (max. 15€ par séance ou prestation), au choix parmi vos séances d'ostéopathie, médecine manuelle, acupuncture, chiropraxie, homéopathie, diététique, auprès de prestataires reconnus, et vos frais de vaccins, désensibilisants et prises de sang (pour 1 prise de sang par an).
- **jusqu'à 360€** par an pour vos consultations de psychologie ou de sexologie (jusqu'à 20€ par séance).



Pour fêter avec vous l'arrivée de votre bébé, la MC vous offre une **prime de naissance ou d'adoption de 350€** !

- en tant qu'affiliée à la MC, vous bénéficiez aussi d'une couverture soins dentaires de qualité. **Dento solidaire** est automatiquement comprise dans votre cotisation, sans questionnaire médical, sans franchise ni stage d'attente. Pour une prise en charge encore plus importante, la MC vous propose aussi Dento +, une assurance à petit prix.



Vous souhaitez augmenter vos remboursements pour vos séances d'ostéopathie, acupuncture, médecine manuelle, vos consultations psychologiques... ?
Choisissez Medi + !
Plus d'infos sur **mc.be/medi**



Plus d'infos sur vos avantages MC ?
Contactez votre conseiller ou rendez-vous sur **mc.be/avantages-grossesse-naissance** !



Pour connaître tous les avantages après la naissance, consultez la seconde partie de cette brochure.

Grossesse – Naissance : la MC vous accompagne



La MC vous chouchoute

Des avantages et services adaptés pour votre bien-être et celui du bébé !
mc.be/avantages-grossesse-naissance



La MC vous accompagne

Un suivi sur mesure, des jeux-concours, des événements pour les (futurs) parents...
mc.be/accompagnement



Votre hospitalisation

La MC vous aide, vous informe et vous propose des assurances adaptées.
mc.be/accouchement



Vos infos administratives

Toutes les démarches administratives selon votre statut professionnel.
mc.be/demarches-grossesse-naissance



Vos infos santé

Tous les conseils santé de la MC pour vous et votre bébé.
mc.be/sante-grossesse-naissance

Les questions à poser à mon gynécologue

Voici une liste de questions utiles pour préparer vos visites chez le gynécologue !



Préparez aussi vos visites chez le médecin généraliste et chez le kiné en téléchargeant la check-list des questions santé et administratives à poser avant et après la naissance de votre bébé !

Questions administratives		Questions santé
Pendant la grossesse	Combien d'échographies sont remboursées ? (3D, quantité)	En quoi consiste les échographies ? (2 ou 3D, fréquence, quantité) Que révèlent-elles ? (sexe du bébé, développement du fœtus)
	Quels sont les coûts en cas de péridurale, césarienne selon mon type d'assurance hospitalisation ?	Quelle préparation à l'accouchement proposez-vous ? (sophrologie, haptonomie, kiné, piscine, hypnose, yoga...)
	Êtes-vous conventionné ? Puis-je choisir un prestataire conventionné ?	Pouvez-vous expliquer les différentes interventions possibles pendant l'accouchement ? (forceps/ventouses, épisiotomie, péridurale, hormones, césarienne)
	En fonction de mon assurance hospitalisation, puis-je choisir une chambre individuelle ? (ex. mon assurance couvre 100 % des suppléments d'honoraires)	Que se passe-t-il si mon bébé va en service néonatal/couveuse après l'accouchement ? (présence parentale, suivi médical) Et s'il n'y a pas de service néonatal dans la maternité ?
	Des séances d'infos sont-elles organisées et quand ? (visite de la maternité, admission)	
À la naissance	Dois-je verser un acompte ? Si oui, de quel montant ? Dois-je pour cela contacter le service d'admission ? Quels sont les tarifs pratiqués par l'hôpital ?	Quelles sont les infrastructures et l'encadrement proposés pour mon bien-être durant le travail ? (bain, positions, ambiance sonore et visuelle, gestion de la douleur, présence d'une perfusion, d'un monitoring...)
	Facturerez-vous des suppléments d'honoraires si vous pratiquez l'accouchement ?	Serez-vous présent durant l'accouchement ? Quelle est la présence médicale durant l'accouchement ? (composition de l'équipe, nombre de personnes, équipe de garde en cas de week-end/jours fériés)
		Quels sont les éventuels gestes médicaux pendant le travail ? (lavement/ rasage, rupture artificielle de la poche des eaux, déclenchement artificiel du travail, péridurale...) Ai-je le droit de m'y opposer ?
	Puis-je faire don du sang de cordon et/	ou placenta lors de l'accouchement ? Quelles sont les démarches ?
Bébé est là !	Quelle sera la durée du séjour en maternité selon les cas : césarienne/ accouchement naturel, présence du bébé en néonatal/couveuse, 1 ^{er} enfant ou pas ?	Quel est le rôle du papa ou de l'accompagnant en cas d'accouchement par voie basse/césarienne ? (peau à peau, bain...)
	Quel suivi médical est proposé	à mon retour à la maison ?
	Quel matériel est fourni par l'hôpital ? Quel est le coût de ce matériel ?	(ex. produits de soins bébé et maman, thermomètre...) Puis-je apporter mon matériel à la maternité ?

Ma check-list des principales démarches administratives

Salariée
 Demandeuse d'emploi
 Indépendante

Avant l'arrivée de bébé

 	Vérifiez à quel remboursement des soins vous avez droit selon le type d' assurance hospitalisation que vous avez souscrite. Effectuez éventuellement une modification de couverture en tenant compte du stage d'attente.
 	Vérifiez auprès de votre médecin quelles sont les maladies de grossesse présentant un risque pour votre bébé.
	Prévenez votre employeur que vous êtes enceinte le plus rapidement possible par courrier recommandé. En fonction de votre milieu professionnel (exemple: milieu à risque) ou si vous pensez être dans les conditions pour un écartement, demandez à votre employeur de prendre rendez-vous auprès de la médecine du travail.
	Vous êtes malade ? Inscrivez "M" sur votre carte de pointage .
 	Inscrivez votre enfant dans un milieu d'accueil agréé dès le 4 ^e mois de grossesse.
 	Vous et votre partenaire n'êtes pas marié(e)s ? Demandez à établir le lien de filiation auprès de votre administration communale.
 	Dès le 4 ^e mois, informez la MC de votre grossesse sur mc.be/declaration-grossesse ! Demandez aussi votre allocation de naissance auprès de Camille, la Caisse d'allocations familiales. Au 6 ^e mois, transmettez-leur votre certificat.
 	Pour bénéficier des indemnités de maternité , faites parvenir au médecin-conseil de la mutualité un certificat médical précisant le début du repos de maternité et la date présumée de l'accouchement. Faites-le de préférence via le formulaire en ligne disponible sur ma.mc.be
	Pour bénéficier des indemnités de maternité , faites parvenir à la mutualité une demande de repos de maternité avant la période de repos demandée. Faites-le de préférence via le formulaire en ligne disponible sur ma.mc.be
 	Le repos de maternité prénatal : prévenez au plus tôt votre employeur ou le Forem/Actiris (si vous êtes demandeuse d'emploi) ainsi que la mutualité de la date prévue de l'accouchement.
	Le repos de maternité prénatal : prévenez au plus tôt la mutualité de la date prévue de l'accouchement.
	Vous souhaitez prolonger votre repos de maternité en prenant un congé parental ou autre ? Prévenez au plus tôt votre employeur.
 	Vous accouchez à l'hôpital ? Demandez à recevoir le formulaire d'admission à l'avance pour connaître les prix des produits et services qui y sont pratiqués ou consultez les conditions d'admission sur le site web de l'hôpital.
 	Confirmez l' inscription du bébé en milieu d'accueil dès le 7 ^e mois de grossesse.
 	Dès votre arrivée à l'hôpital et si vous avez souscrit une assurance facultative de la MC, transmettez le justificatif d'acompte à la mutualité.

Vous êtes en couple ? Certaines de ces démarches peuvent concerner l'autre parent !

Après l'arrivée de bébé

	Déclarez la naissance de votre enfant dans les 15 jours calendrier qui suivent l'accouchement auprès du service de l'état civil de la commune où il est né.
	Pour bénéficier des allocations familiales , envoyez à l'organisme qui les paie l'attestation délivrée par l'administration communale au moment de la déclaration de naissance.
	Remettez l' extrait d'acte de naissance de votre enfant à la mutualité pour déterminer la date de fin de votre repos de maternité, inscrivez votre bébé à la MC (aussi possible en ligne via mc.be/inscrire-bebe) pour bénéficier de la prime de naissance.
	Pour mettre fin à votre repos postnatal , complétez l'attestation de chômage ou de reprise du travail. Faites-le de préférence via le formulaire en ligne disponible sur ma.mc.be
	Le congé de naissance : le papa ou le co-parent salarié doit en avertir sans tarder son employeur et lui fournir une copie de l'acte de naissance. Pour bénéficier des indemnités, il doit ensuite introduire une demande auprès de sa mutualité (via le formulaire en ligne sur ma.mc.be). S'il est indépendant, il doit envoyer un formulaire de demande par courrier recommandé auprès de sa Caisse d'assurances sociales. Il doit également lui fournir un extrait d'acte de naissance du bébé, ainsi que les dates de congé souhaitées.
	Envoyez la facture d'hospitalisation, ainsi que les factures des frais pré- et post-hospitalisation à votre assureur (si vous avez une assurance hospitalisation privée) ou à la mutualité, avec le document "Demande d'intervention" complété pour obtenir le remboursement de vos frais d'hospitalisation (l'intervention de la MC sera variable selon la couverture choisie).
	Trouvez une consultation ONE proche de chez vous et confirmez l'inscription de votre enfant dans le milieu d'accueil .
	Dès que votre enfant atteint l'âge de 2 mois, commencez la série de vaccins obligatoires et faites compléter le formulaire remis par l'administration communale lors de la naissance.
	Votre enfant fréquente la crèche ou une accueillante ? Déduisez les frais qui y sont liés dans votre déclaration d'impôts.

Vous souhaitez un suivi personnalisé ?

Contactez un conseiller MC via **mc.be/contact** !

Rendez-vous aussi en agence ou appelez le **081 81 28 28**.

La MC est à votre disposition pour répondre à toutes vos questions, selon votre situation.



La MC m'accompagne après la naissance



2025



Votre enfant est né... Félicitations !

Après l'accouchement, vous vous posez sans doute des questions sur les étapes qui suivent l'arrivée de votre petit bout dans la famille. **Quels sont vos droits et quelles sont les démarches administratives à entreprendre ?** En tant que maman, papa ou co-parent, comment accompagner au mieux cet enfant qui grandit ?

Pour y répondre, la MC a réalisé ce guide. L'objectif est de vous accompagner tout au long des premiers mois avec votre bébé en vous proposant des conseils adaptés à chaque étape.

Bonne lecture !

Vous avez d'autres questions ?

La MC vous accompagne dans vos démarches liées à la naissance. Rendez-vous sur **mc.be/grossesse-naissance** pour chatter avec un conseiller ou envoyer un formulaire de demande en ligne. Vous pouvez aussi contacter un conseiller au **081 81 28 28**.

Suivez-nous également sur Facebook : **facebook.com/mutualitechretienne**



Pour vous aider à y voir plus clair, consultez, au centre de ce guide, **la check-list avec toutes les formalités administratives** à entreprendre selon votre statut (salariée, demandeuse d'emploi ou indépendante). **Une check-list de questions santé et administratives à poser à votre gynécologue et/ou votre sage-femme** y est aussi reprise !



Retrouvez toutes nos infos santé en lien avec la grossesse, la naissance et la vie avec bébé sur notre blog santé : **mc.be/sante-grossesse-naissance**



Après la naissance

Après l'accouchement

Quelques formalités administratives

- La déclaration de naissance
- Les allocations familiales
- L'inscription de votre enfant à la MC
- Le repos de maternité postnatal
- Le congé de naissance
- Le congé d'adoption
- La facture d'hospitalisation

Les aides après la naissance

- Des titres-services pour les indépendantes
- Les aides en cas de naissances multiples
- Le handicap chez l'enfant

La MC vous chouchoute

- La prime de naissance ou d'adoption
- Le dépistage de la surdité
- Besoin de matériel de puériculture ?
- Ostéopathie, chiropraxie, acupuncture...
- Contraception et protections menstruelles
- La dépression post-partum

Votre enfant grandit

Quelques formalités administratives

- Prolonger le repos de maternité
- Les congés et pauses
- Le congé parental
- Le crédit-temps
- Le congé sans solde et la démission
- Le congé pour raisons impérieuses
- Les déductions fiscales

Des avantages MC pour petits et grands

Les questions à poser à mon prestataire de soins Ma check-list administrative

**Encart
central**

4

4

4

5

6

7

8

10

11

12

12

12

12

15

15

15

15

15

15

15

15

15

15

16

16

16

16

18

22

22

22

23

23

23

24

Après l'accouchement

Quelques formalités administratives

La déclaration de naissance

La déclaration de naissance doit être faite dans les **15 jours calendrier qui suivent l'accouchement**, au service de l'état civil de la commune où votre enfant est né.

Dans certaines communes, il est possible de déclarer la naissance de votre enfant à la maternité de l'hôpital où il est né. La déclaration à la maternité offre les mêmes garanties en termes d'authenticité de l'acte. **Si votre enfant n'est pas né dans la commune de votre domicile**, le service de l'état civil du lieu de naissance avertira l'administration communale de votre lieu de résidence.

L'administration communale vous délivrera une copie de l'extrait d'acte de naissance et deux attestations de naissance à remettre à différents organismes :

- le premier exemplaire est à envoyer à votre Caisse d'allocations familiales
- le second exemplaire est à remettre le plus tôt possible à votre conseiller mutualiste. Celui-ci assurera le suivi entre les différents services de la mutualité.



Voir en p.6 : "L'inscription de votre enfant à la MC".

- La commune ne vous remettra ces deux attestations qu'une seule fois. **Si vous les égarez, vous risquez de perdre vos droits.** Remettez-les donc dans les plus brefs délais aux institutions reprises en p.4 et faites-en au préalable une copie !



- Votre enfant est né hors mariage et vous n'avez pas fait de reconnaissance prénatale ? **Vous devez la faire en même temps que la déclaration de naissance de votre enfant.** Cela nécessitera des documents supplémentaires ou la présence de la mère.
- **Déclarez la naissance ou l'adoption de votre enfant le plus rapidement possible auprès de votre employeur,** au moyen d'une copie d'un extrait d'acte de naissance.

En tant que parents, **vous avez la possibilité de donner à votre enfant le nom de son père et/ou le nom de sa mère.** Vous pouvez aussi combiner les deux noms dans l'ordre que vous déterminez. Ce choix s'impose à vos autres enfants communs nés ultérieurement. Il est irrévocable.



Les allocations familiales

Quelles sont les démarches à entreprendre ?

Si une allocation de naissance a déjà été payée avant la naissance, il vous suffit de renvoyer à votre Caisse d'allocations familiales l'attestation reçue à la commune lors de la déclaration de naissance.

Si rien n'a encore été demandé, vous pouvez compléter le **formulaire de "Demande d'allocations familiales"** (modèle AA). Il est disponible auprès de votre Caisse d'allocations familiales. Celle-ci fera aussi le nécessaire pour le versement de l'allocation de naissance.

Les allocations familiales sont accordées à partir du mois qui suit la naissance de l'enfant. Elles sont payées le mois suivant.

Par exemple, une naissance en janvier, donnera droit aux allocations familiales en février. Le paiement sera effectué début mars.



Voir "La prime de naissance" en p.10 dans la 1^{re} partie de cette brochure (Pendant la grossesse).

Vous pouvez choisir votre Caisse d'allocations familiales.

C'est généralement vous, en tant que maman, qui recevez les allocations familiales. C'est donc vous qui choisissez la Caisse d'allocations familiales à laquelle vous affilier. La région compétente, le montant et le système des allocations familiales sont déterminés par le domicile de votre enfant.





Les caisses sont régionalisées et il n'existe plus de lien entre l'employeur et la Caisse d'allocations familiales.

Pour plus d'informations, contactez nos Caisses partenaires :

- **en Région wallonne, Camille**
Tél. : **081 325 900**
E-mail : **bonjour@camille.be**
Site web : **camille.be**
- **à Bruxelles, BrusselsFamily**
Tél. : **02 227 19 60**
E-mail : **info@brusselsfamily.be**
Site web : **brusselsfamily.be**



Vous pouvez aussi contacter le Service social de la MC. Surfez sur **mc.be/points-de-contact** ou appelez le **081 81 28 28**.

L'inscription de votre enfant à la MC

Après l'accouchement, remettez sans tarder l'**extrait d'acte de naissance de votre enfant à votre mutualité**. Il permettra d'inscrire votre bébé comme enfant à charge d'un parent (titulaire) au choix (à distinguer de la notion fiscale d'enfant à charge). Vous pouvez aussi demander son inscription à la MC directement via un formulaire en ligne.



Plus d'infos sur **mc.be/inscrire-bebe**

Dès sa naissance, et si le titulaire est en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire, les frais médicaux de votre bébé sont remboursés. Vous recevrez alors des vignettes jaunes au nom de votre enfant. Sa carte ISI+ sera commandée et vous arrivera par courrier, à votre domicile.

Le repos de maternité postnatal

À partir du jour de l'accouchement, la durée du repos de maternité postnatal dépend de votre statut professionnel et du nombre de naissance (simple ou multiple).



Sur ce point, voir "La durée du repos de maternité" (pp. 14-19) dans la 1^{re} partie de cette brochure (Pendant la grossesse).

L'extrait d'acte de naissance est indispensable pour déterminer les dates exactes de début et de fin du repos de maternité et pour l'octroi des indemnités de repos postnatal.



La MC pourra régulariser votre dossier en fonction du début de votre repos de maternité et de la date de naissance de votre enfant. Elle paiera alors vos indemnités de repos postnatal et vous communiquera la date de fin du repos.

Repos de maternité et incapacité de travail

Avant le repos de maternité, vous êtes déjà en incapacité de travail ? Transmettez à la mutualité l'extrait d'acte de naissance pour déterminer la période de repos de maternité et pour recevoir l'indemnité de maternité. Faites-le de préférence via le formulaire en ligne disponible sur **ma.mc.be** !

Vous avez été en incapacité de travail durant la période complète de repos prénatal ? Vous pouvez bénéficier jusqu'à 14 semaines de repos de maternité après la naissance.

Quelques situations particulières

Vous êtes salariée ou demandeuse d'emploi

• **Vous êtes hospitalisée plus de 7 jours après la naissance du bébé ?** Si votre petit a déjà quitté l'hôpital, le papa ou le co-parent peut convertir une partie du repos de maternité. Ce congé se termine à la fin de votre hospitalisation (et au plus tard à la fin de votre repos de maternité). Pour cela, l'autre parent doit fournir :

- à la mutualité, une attestation de l'hôpital indiquant :
 - la date de début de votre hospitalisation (la durée de séjour doit être de plus de 7 jours)
 - la confirmation de sortie de votre bébé de l'hôpital.
- à son employeur :
 - la date de début du congé et la durée probable d'absence
 - une attestation médicale certifiant l'hospitalisation de la maman pendant une durée de plus de 7 jours.

À la fin de ce congé, l'autre parent devra transmettre à la mutualité une attestation de reprise du travail (complétée par son employeur) ou du chômage (complétée par sa caisse de chômage).

• **Votre bébé est hospitalisé plus de 7 jours à partir de sa naissance ? Le repos de maternité peut être prolongé d'une durée égale à la période d'hospitalisation, déduction faite des 7 premiers jours, avec un maximum de 24 semaines.**



**Une question ?
Contactez un conseiller mutualiste.**

Exemple

L'hospitalisation de votre enfant dure 21 jours : votre repos de maternité pourra être prolongé de 14 jours (21 – les 7 premiers jours). Pour que cette prolongation soit indemnisée à hauteur de 75 % du salaire brut plafonné, vous devez remettre à l'employeur et à la mutualité, à la fin de votre repos postnatal, un certificat de l'établissement hospitalier attestant de la période d'hospitalisation de votre enfant.

- **Vous avez épuisé votre repos prénatal pour cause de maladie : vous avez la possibilité de reporter des jours de maladie à la période postnatale, à partir de la 6^e semaine (8^e en cas de naissances multiples) et jusqu'à la 2^e semaine (incluse) précédant la date d'accouchement.** Vous bénéficiez donc de maximum 14 semaines de repos de maternité après la naissance. En cas de naissances multiples, vous pouvez postposer jusqu'à 7 semaines de repos prénatal facultatif et bénéficier au total de 19 semaines de repos de maternité même en cas d'arrêt de travail 8 semaines avant la naissance.
- **Vous souhaitez reprendre le travail progressivement: vous pouvez demander à travailler à temps partiel les 2 dernières semaines de repos de maternité.** Il s'agit de 2 semaines de repos prénatal non prises et reportées à la fin de la période de repos postnatal. Vous reprenez alors progressivement le travail et les 2 semaines de repos de maternité sont communiquées par l'employeur en "jours de congés de repos postnatal". Ceux-ci doivent être pris dans les 8 semaines du début de la période d'étalement.



Vous pensez être victime d'un traitement désavantageux à votre retour au travail (exemples : changement de fonction ou de salaire, harcèlement...) ? Contactez l'Institut pour l'Égalité des Femmes et des Hommes ou votre syndicat. Téléchargez aussi la brochure en ligne "**Grossesse au travail. Guide pour la travailleuse et l'employeur pour un traitement sans discrimination**" via le site igvm-iefh.belgium.be.

Vous êtes indépendante ou conjointe aidante

- **Votre bébé est hospitalisé plus de 7 jours : le repos de maternité peut être prolongé** des semaines complètes d'hospitalisation, déduction faite des 7 premiers jours, avec un maximum de 24 semaines (jusqu'à 48 semaines si vous reprenez votre activité d'indépendante à temps partiel durant votre repos de maternité facultatif).



Pour plus d'infos ?
Contactez votre conseiller.

Le congé de naissance

À l'occasion de la naissance de votre bébé, le papa ou le co-parent a droit à **20 jours de congé, à prendre dans un délai de 4 mois après l'accouchement**. Ces jours peuvent être pris en une fois ou de manière échelonnée.

L'autre parent est salarié ?

Pour pouvoir prendre ce congé, il doit en avertir son employeur. Il conserve sa rémunération complète durant les 3 premiers jours. Au cours des 17 jours suivants, il reçoit de sa mutualité une indemnité s'élevant à 82 % du salaire brut plafonné. Un précompte professionnel de 11,11 % est retenu sur les indemnités.



Pour bénéficier des indemnités, le papa ou le co-parent doit introduire une demande auprès de sa mutualité au moyen d'un formulaire de demande à télécharger sur mc.be/formulaires ou à obtenir auprès de son conseiller mutualiste.

L'autre parent est indépendant ?

Pour bénéficier de max. 20 jours, pouvant être fractionnés en demi-jours, consécutifs ou non, de congé de naissance, l'autre parent, cotisant comme principal, **doit introduire une demande par courrier recommandé auprès de sa Caisse d'assurances sociales**, au plus tard le dernier jour du trimestre qui suit celui de la naissance. Il doit aussi fournir l'extrait d'acte de naissance du bébé, ainsi que les dates de congés souhaitées. Il percevra une **allocation journalière de 101,50 €** (50,75 € par demi-jour). Le congé de naissance est facultatif (montants au 1^{er} mai 2024).



Si le parent ou le co-parent indépendant reçoit des allocations de paternité et de naissance pour minimum un demi-jour et maximum huit jours, ou seize demi-jours, une **aide à la naissance** complémentaire est octroyée sous la forme d'un remboursement de 135 € à la suite de l'achat de titres-services. Plus d'infos sur le site ucm.be, par e-mail via cas@ucm.be ou par téléphone au **081 32 07 25**.

Quelques situations particulières

- Un deuxième parent est mentionné sur l'acte de naissance ? La demande de filiation doit être accompagnée d'un extrait d'acte de naissance.
- Aucun deuxième parent n'est mentionné sur l'acte de naissance ? La demande sera accompagnée d'une preuve de cohabitation légale ou de cohabitation d'au moins 3 années ininterrompues avant la naissance de l'enfant.

Le congé d'adoption

Quelle est la durée de ce congé ?

Vous êtes travailleur salarié et/ou indépendant et vous souhaitez adopter un enfant mineur ? Chaque parent d'adoption a droit à un congé de 6 semaines (donc 12 semaines cumulées pour le couple). 4 semaines supplémentaires sont accordées et à partager entre les parents d'adoption pour tout congé d'adoption débutant au plus tôt le 1^{er} janvier 2025.

- **Vous adoptez un enfant atteint d'un handicap physique ou mental ?**
La durée maximale de ce congé est doublée.
- **En cas d'adoption internationale**, le congé peut commencer plus tôt afin d'aller chercher l'enfant dans son pays d'origine en vue de son accueil effectif dans votre famille.



Le congé doit prendre cours dans les 2 mois qui suivent l'inscription de l'enfant comme faisant partie du ménage du travailleur dans le registre de la population ou dans le registre des étrangers de sa commune de résidence.



Contrairement au congé de naissance, il ne peut pas être fractionné ! Vous pouvez choisir de ne pas prendre la totalité des jours auxquels vous avez droit. Cependant, le congé doit durer au moins une semaine ou un multiple d'une semaine.



Le formulaire de demande d'indemnités de congé d'adoption est disponible sur mc.be/formulaires. Pour plus d'informations, contactez un conseiller MC ou consultez le site emploi.belgique.be, rubrique "congés".

Quelles sont les démarches à entreprendre ?

Vous êtes travailleur(se) salarié(e)

Pour pouvoir bénéficier de ce congé, avertissez votre employeur au moins un mois avant le début du congé par l'envoi d'une lettre recommandée ou la remise d'un écrit dont le double sera signé par l'employeur (ce document doit indiquer le début et la fin du congé). Au plus tard à la date où commence le congé, vous devez transmettre les documents prouvant l'adoption, et si nécessaire, un document prouvant le handicap de l'enfant. En parallèle, introduisez une demande de congé d'adoption auprès de votre mutualité en précisant la date de début et de fin du congé. Envoyez aussi un document prouvant l'inscription de l'enfant au registre de la population ou au registre des étrangers. Le cas échéant, remettez également un document attestant du handicap de votre enfant.

Vous êtes indépendant(e)

La demande écrite doit être introduite auprès de votre mutualité, contre accusé de réception. Vous devez y mentionner la période du congé d'adoption (en nombre de semaines), ainsi que vos données d'identification et celles de l'enfant adopté. Après réception de votre demande, votre mutualité prendra contact avec vous pour compléter votre dossier avec les documents nécessaires.



Pour plus d'informations, contactez un conseiller MC !

Quelles indemnités toucherez-vous ?

Vous travaillez dans le secteur public

- **Vous êtes salarié(e) ?** Les trois premiers jours sont payés par votre employeur à 100 %. Les autres jours sont indemnisés par la mutualité à 82 % du salaire journalier brut plafonné à 179,54 € (montant au 1^{er} mai 2024), à raison de 6 jours par semaine.

- **Vous êtes indépendant(e) ?** L'indemnité de congé d'adoption s'élève à 609,02 € bruts par semaine (montant au 1^{er} mai 2024). Un précompte professionnel sera retenu. Ce montant sera multiplié par le nombre de semaines d'arrêt des activités professionnelles et payé en une fois, au plus tard un mois après la date de début de votre période d'arrêt.

Vous travaillez dans le secteur public

Dans le secteur public, il existe différentes formules de congés spécifiques. **Certaines donnent droit au maintien de la rémunération à 100 % et d'autres ne sont pas rémunérées.** Pour connaître la réglementation exacte, les conditions d'application et les procédures, informez-vous auprès de l'autorité compétente, du chef d'établissement pour les enseignant(e)s ou de votre syndicat.

Les conseillers MC sont disponibles (par chat via le site mc.be/grossesse-naissance) pour répondre à toutes vos questions et pour faciliter vos démarches administratives ! Retrouvez aussi plus d'infos sur le site mc.be/demarches-grossesse-naissance



La facture d'hospitalisation

Environ deux mois après votre séjour à la maternité, vous recevrez par courrier postal (par e-mail si vous en avez fait la demande) une facture détaillée des frais liés à votre hospitalisation. Les montants remboursés directement par la mutualité et ceux à votre charge y sont clairement indiqués. L'intervention sera variable en fonction de la couverture choisie. Vous pouvez également adresser la facture à votre conseiller en y joignant le document "Demande d'intervention" complété, daté et signé par vous.



- **Vous vous posez des questions sur votre facture d'hospitalisation ou vous souhaitez contester un des montants qui y est repris ?**
Des experts et des juristes du Service de Défense des membres de la MC sont à votre disposition. Pour plus d'infos, appelez le **081 81 28 28**.
- En cas de problèmes financiers par rapport au paiement de la facture d'hospitalisation, n'hésitez pas à vous adresser au Service social de la MC ou de l'hôpital.
- En tant qu'affiliée à la MC, en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire, vous bénéficiez déjà d'une couverture hospitalisation : Hospi solidaire. Dès sa naissance, votre enfant en bénéficie également, sans franchise. Plus d'infos sur mc.be/hospi-solidaire !

Tous les renseignements relatifs à **Hospi solidaire** et aux assurances facultatives de la MC sont repris dans la 1^{re} partie de cette brochure (Pendant la grossesse), en p.25.

Pour obtenir le remboursement de vos frais d'hospitalisation par notre service d'assurance, vous pouvez nous transmettre votre facture en ligne via mc.be/declaration-hospi

Les aides après la naissance

Des titres-services pour les indépendantes

Après votre repos de maternité, vous pouvez bénéficier de **105 titres-services** en tant que travailleuse indépendante, aidante ou conjointe aidante. Ces chèques vous donnent droit aux services d'une aide-ménagère pendant 105 heures (entretien de la maison, repassage, lessive...). Vous ne devez pas les mentionner dans votre déclaration fiscale.

La durée de validité des titres-services est variable suivant la région (8 mois en Wallonie et 6 mois à Bruxelles).



Pour bénéficier des titres-services, vous devez être assujettie durant les 2 trimestres qui précèdent le trimestre de la naissance, durant le trimestre de la naissance et durant tous les trimestres où vous interrompez votre activité à l'occasion de la naissance. Vous devez être en ordre de paiement des cotisations sociales pour les 2 trimestres qui précèdent le trimestre de la naissance. Votre enfant doit aussi être inscrit au registre national comme faisant partie de votre ménage. Renseignez-vous auprès de votre Caisse d'assurances sociales.

Pour bénéficier d'une aide à la maternité, contactez votre Caisse d'assurances sociales! Sous certaines conditions, vous pouvez aussi obtenir une dispense de paiement de la cotisation du trimestre qui suit le trimestre de l'accouchement.

Tél. : **081 320 725**
E-mail : **cas@ucm.be**
Site web : **ucm.be**



Pour plus d'infos, contactez votre conseiller mutualiste ou votre Caisse d'assurances sociales.

Les aides en cas de naissances multiples

En cas de naissances multiples, pour les familles d'au moins 3 enfants âgés de moins de 18 mois, il est possible de demander l'aide d'une puéricultrice à temps plein et d'une aide-ménagère à mi-temps jusqu'à ce que vos bébés aient atteint l'âge de 3 ans.

Comment obtenir ces aides ?

Attention, les conditions d'octroi varient selon votre région !

- **Vous habitez Bruxelles ?** Cette aide vous sera accordée si les enfants sont nés en même temps. Dans ce cas, il faut introduire la demande le plus tôt possible auprès de la Maison d'Enfants d'Actiris.



Maison d'Enfants d'Actiris
Avenue de l'Astronomie 14,
1210 Bruxelles
Tél. : **02 505 16 35**
Site web : **actiris.be**

- **Vous habitez en Région wallonne ?** Vous bénéficiez de cette aide si vos trois enfants (ou plus) sont nés endéans les 18 mois. Dans ce cas, il faut introduire la demande le plus tôt possible via le CPAS de la commune où vous êtes domiciliée. Une participation financière peut vous être demandée si les revenus nets imposables de votre ménage dépassent un certain plafond. Certains établissements hospitaliers organisent des séances d'information sur les naissances multiples.

Le handicap chez l'enfant

Vous faites face à beaucoup de questions : comment vivre le handicap ou la maladie au quotidien, quelles démarches administratives faut-il entreprendre, quels sont les milieux d'accueil spécialisés ?



La MC collabore avec des professionnels pour permettre aux familles de personnes porteuses d'un handicap de souffler quelques heures ou quelques jours, de manière ponctuelle ou régulière.
Plus d'infos sur **mc.be/repit**



Un livret à l'intention des parents a été développé par la Plateforme Annonce Handicap pour aider les familles dans leur vécu. Plus d'infos sur **plateformeannoncehandicap.be**

Qui contacter pour obtenir des informations ?

Le Service social de votre mutualité ou de l'hôpital où votre enfant est né peut vous accompagner dans votre recherche d'aide. De nombreux organismes soutiennent et conseillent également les parents d'enfants sourds, malentendants, déficients intellectuellement, handicapés moteur... Ils vous informeront sur les autres démarches à entreprendre par la suite pour la reconnaissance de handicap.



Plus d'infos sur **mc.be/maladie-chronique**

Quelles sont les allocations familiales accordées ?

Votre enfant souffre d'une maladie grave, d'un handicap, ou sa santé nécessite des soins particuliers (en raison par exemple d'allergies graves, de troubles déficitaires de l'attention...) ? **Des allocations familiales majorées d'un supplément** peuvent lui être accordées. La demande est à adresser à votre Caisse d'allocations familiales.



Les enfants bénéficiaires d'allocations familiales majorées peuvent obtenir, sous certaines conditions, des remboursements plus élevés pour leurs soins de santé, leurs médicaments... Pour en savoir plus, consultez votre conseiller mutualiste (par chat via le site **mc.be**) ou rendez-vous sur **mc.be/bim**.

Quelques adresses utiles

AViQ

Agence pour une vie de qualité

Administration centrale
Rue de la Riveline 21 – 6061 Charleroi
Tél. : **0800 16 061** (appel gratuit)
E-mail : numerograttuit@aviq.be
Site web : aviq.be

Atéo asbl

Mouvement de personnes malades, valides et handicapées de la Mutualité chrétienne

Chaussée de Haecht 579, BP 40
1031 Bruxelles
Tél. : **081 237 237**
E-mail : alteo@mc.be
Site web : alteoasbl.be

Inclusion asbl

Association francophone d'aide aux handicapés mentaux

Rue Colonel Bourg 123-125 (boîte 6)
1140 Bruxelles
Tél. : **02 247 28 19**
E-mail : secretariat@inclusion-asbl.be
Site web : inclusion-asbl.be

Apedaf

Association des parents d'enfants déficients auditifs francophones

Rue de Picardie 43
1140 Bruxelles
Tél. : **02 644 66 77**
E-mail : info@apedaf.be
Site web : apedaf.be

SPF Sécurité sociale

Direction générale Personnes handicapées
Boulevard du Jardin Botanique 50, BP 150
1000 Bruxelles
Tél. : **0800 987 99**
Site web : handicap.fgov.be

Phare

Personne handicapée autonomie recherchée
Rue des Palais 42
1030 Bruxelles
Tél. : **02 800 82 03**
E-mail : info.phare@spfb.brussels
Site web : phare-irisnet.be



La MC vous chouchoute

La prime de naissance ou d'adoption

Vous avez inscrit votre petit bout à la MC ? Pour fêter avec vous cette nouvelle arrivée, la MC vous offre **une prime de naissance ou d'adoption de 350 €** ! N'hésitez pas à prendre contact avec votre conseiller pour plus d'infos.



Simple et rapide, complétez le formulaire en ligne sur mc.be/inscrire-bebe pour inscrire votre enfant à la MC.

Le dépistage de la surdité

Lors de votre séjour à la maternité, un test de dépistage de surdité chez votre nouveau-né est prévu après la naissance. Grâce à Hospi solidaire, la MC vous rembourse **les frais repris sur votre facture d'hospitalisation**, au tarif fixé par le Programme de dépistage néonatal de la surdité* (depistageneonatal.be).

Besoin de matériel de puériculture ?

Les magasins Qualias, partenaires de la MC, mettent à votre disposition une gamme de produits pour vous et votre bébé. Vous bénéficiez de **15 à 50 % de réduction** pour tout achat ou location de matériel d'aide et de soins (aérosol, tire-lait, pèse-bébé). Vous bénéficiez également de 30 % de réduction pour l'achat de langes.



Plus d'infos sur qualias.be

Ostéopathie, chiropraxie, acupuncture...

Prévoir des séances d'ostéopathie, de chiropraxie ou d'acupuncture avant et/ou après la naissance peut être nécessaire pour votre santé ou celle de votre bébé. Dans le cadre de l'avantage Thérapies alternatives et prévention, vous recevez jusqu'à 75 € par an et par affilié pour vos séances d'ostéopathie, médecine manuelle, acupuncture, chiropraxie et homéopathie auprès de prestataires reconnus.



Dans le cadre de l'assurance obligatoire, vous bénéficiez, hors hospitalisation, de 9 séances de kiné périnatale (pré- et postnatale) pour vous remettre de l'accouchement. Plus d'infos dans la 1^{re} partie de cette brochure (Pendant la grossesse), en p.13.

Contraception et protections menstruelles

Vous recevez jusqu'à 75 € par an et par personne, sans limite d'âge, au choix pour :

- **vos contraception** : pilules, patches, injections, anneaux vaginaux et aussi formation Sensiplan, sous-vêtements pour méthode thermique, spermicides et préservatifs.
- **vos protections menstruelles** jetables ou réutilisables : serviettes hygiéniques, tampons, cup, culottes menstruelles, serviettes lavables...

Pour le stérilet et l'implant, vous bénéficiez d'une intervention supplémentaire de 150 € tous les 3 ans.

La dépression post-partum

Vous souffrez de dépression après la naissance et vous souhaitez être suivie par un professionnel ? La MC vous soutient en remboursant vos consultations de psychologie ou sexologie jusqu'à **20 € par séance (max. 360 € par an)**.



Plus d'infos sur mc.be/avantages



Vous souhaitez augmenter vos remboursements pour vos séances d'ostéopathie, acupuncture, médecine manuelle, vos consultations psychologiques... ? **Optez pour Medi +**

Plus d'infos sur mc.be/medi

* Sous réserve de l'approbation de l'OCM



Votre enfant grandit

Quelques formalités administratives

Prolonger le repos de maternité

En tant que travailleuse, vous envisagez de prolonger votre repos de maternité et/ou d'allaiter votre enfant ? Il existe diverses possibilités : le congé ou la pause d'allaitement, le congé d'allaitement sans solde, le congé parental...



Ces congés ne s'adressent à vous qu'en tant que travailleuse ! Si vous êtes demandeuse d'emploi, vous n'êtes pas dispensée de pointage. Pour toute question sur votre repos de maternité, contactez votre conseiller mutualiste.

Les congés et pauses

Le congé d'allaitement pour raison prophylactique

Votre travail présente un risque pour votre santé ou celle de votre enfant ? Vous pouvez bénéficier d'un congé d'allaitement en accord avec votre employeur.

Dans ce cas, adressez-vous au médecin du travail. Ce congé n'est possible que durant les 5 mois qui suivent la naissance. Pendant cette période d'écartement, vous recevez de la mutualité une indemnité de 60 % du salaire mensuel brut plafonné.



Contactez le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale pour connaître les professions et/ou travaux pouvant être néfastes pour le lait maternel ou téléchargez la brochure "Devenir parent tout en travaillant" via son site web.
Tél. : **02 233 41 11**
E-mail : **spf@emploi.belgique.be**
Site web : **emploi.belgique.be**

Comment bénéficier de ces indemnités ?

Vous devez envoyer à la MC :

- la prescription d'écartement du travail complétée lors de l'examen médical par le médecin du travail
- une attestation de l'employeur certifiant qu'il est dans l'impossibilité de vous transférer vers un autre poste de travail compatible avec l'allaitement.



Si la nécessité d'un écartement postnatal a déjà été constatée lors de l'examen d'écartement prénatal, et que le médecin-conseil l'a déjà indiqué sur le certificat d'écartement prénatal, il n'est **pas nécessaire de fournir un nouveau certificat.**

Le congé d'allaitement sans solde

En tant que travailleuse, vous pouvez prendre un congé d'allaitement sans solde avec l'accord de votre employeur. Cependant, ce congé n'est pas rémunéré et dure rarement plus de 3 mois.



Vous souhaitez prolonger ce congé sur une longue période ?
Consultez votre conseiller mutualiste.

La pause d'allaitement

- **Vous travaillez en tant que salariée dans le secteur privé ou en tant que contractuelle dans le secteur public ?**
Vous pouvez suspendre votre travail durant la journée pour allaiter votre enfant ou prélever votre lait maternel pendant une période de 9 mois à partir de la naissance de l'enfant.



La durée des pauses est d'1/2 heure si vous travaillez au moins 4h et moins de 7h30 par jour et d'1 heure (ou 2 x 1/2 heure) si vous travaillez au moins 7h30 par jour. Les moments et le lieu de pause (domicile, crèche d'entreprise ou local dans l'entreprise) sont à déterminer en accord avec votre employeur.



Pour bénéficier de ce droit, vous devez en informer votre employeur 2 mois à l'avance par lettre recommandée ou par la remise d'un écrit dont le double sera signé par l'employeur. Ce délai peut être réduit de commun accord.

- **Vous travaillez dans la fonction publique ou dans l'enseignement ?** Consultez votre employeur ou votre syndicat afin de savoir si vous avez droit aux pauses d'allaitement et, si oui, quelles sont les conditions et les modalités de ce droit.

Comment bénéficier de ces indemnités ?

En tant que travailleuse, vos pauses d'allaitement sont indemnisées par la mutualité à hauteur de **82% du salaire brut non plafonné**. Chaque mois, vous devez remettre :

- **À votre employeur :** une attestation de la consultation des nourrissons (ONE) ou un certificat médical prouvant l'allaitement.
- **À votre mutualité :** une attestation mensuelle complétée par votre employeur et vous-même, reprenant le nombre d'heures ou de 1/2 heures de pause et la rémunération horaire brute.



Pour en savoir plus sur les congés et les pauses d'allaitement :

adressez-vous à votre employeur, à votre syndicat ou au Service social de la MC.

Le congé parental

- **Vous travaillez dans le secteur privé ?** Vous pouvez suspendre ou réduire vos prestations de travail pour consacrer du temps à votre enfant. Ce droit est valable **pour chaque parent et par enfant**, y compris en cas de naissances multiples.

Que vous soyez maman, papa, co-parent ou parent adoptif, vous pouvez bénéficier d'une interruption de carrière dans le cadre d'un congé parental, à condition d'avoir été lié pendant au moins 12 mois au même employeur par un contrat de travail (au cours d'une période d'un an et trois mois précédant votre demande).

- **Vous travaillez dans le secteur public ? Il existe plusieurs formules de congés.** Ce droit sera en effet appliqué différemment selon votre statut. De plus, chaque région (Bruxelles, Wallonie, Flandre), niveau (fédéral, régional, provincial, local) ou secteur (ministères, cheminots...) dispose de son régime propre.

Ce congé peut être pris dans une période qui débute à la naissance ou à la fin du repos de maternité (dans le cas d'une adoption, à partir du jour de l'inscription de l'enfant au registre de la population ou des étrangers) et s'achève aux 12 ans de l'enfant.



Quelles sont les différentes formes de congé parental ?

- **Vous pouvez réduire votre temps de travail d'1/5 temps :** si vous travaillez à temps plein, vous pouvez décider de passer à un 4/5 temps **durant une période de 20 mois**. Ce congé peut être fractionné par périodes de 5 mois ou un multiple.

- **Vous pouvez réduire votre temps de travail d'1/10 temps :** si vous travaillez à temps plein, vous pouvez décider de travailler temporairement à 90 % de votre horaire **durant une période de 40 mois maximum**. Ce congé peut être fractionné par périodes de 10 mois ou un multiple. **Attention, l'interruption d'un dixième de votre temps de travail n'est pas un droit et nécessite l'accord de votre employeur !**

- **Vous pouvez réduire votre temps de travail à mi-temps :** si vous travaillez à temps plein, vous pouvez décider de passer à mi-temps **durant une période de 8 mois**. Ce congé peut être fractionné par périodes de 2 mois ou un multiple.

- **Vous pouvez arrêter de travailler complètement :** que vous travailliez à temps

plein ou à temps partiel, vous pouvez interrompre vos prestations de travail pendant 4 mois. Ce congé peut être fractionné par périodes d'1 mois ou un multiple. Par dérogation à la règle générale et moyennant l'accord de l'employeur, les 4 mois maximum peuvent être fractionnés en semaines (16 maximum).

Vous pouvez aussi passer d'une forme de congé parental à une autre (temps plein, mi-temps, 1/5 temps, 1/10 temps), sous certaines conditions et si vous introduisez une nouvelle demande.

Dans tous les cas, notez que :



1 mois d'interruption complète
=
2 mois de réduction du temps de travail à mi-temps
=
5 mois de réduction du temps de travail d'1/5 temps
=
10 mois de réduction du temps de travail d'1/10 temps

Quelles sont les démarches pour en bénéficier ?

- **Vis-à-vis de votre employeur :** vous devez en informer votre employeur au minimum 2 mois (et au maximum 3 mois) avant la date à partir de laquelle vous souhaitez commencer le congé parental, par lettre recommandée ou par la remise d'un écrit dont l'employeur vous remettra un double signé. Dans ce cas, **votre employeur ne peut pas vous refuser le congé** (sauf pour une interruption d'un dixième qui nécessite son accord) **mais il peut le reporter jusqu'à 6 mois maximum** pour des raisons liées au bon fonctionnement de l'entreprise (il devra dès lors vous le notifier dans le mois qui suit votre demande).

Dès l'introduction de votre demande et jusqu'à 3 mois après la fin du congé parental, **vous bénéficiez d'une protection spéciale contre le licenciement**. Vous pensez être victime d'un traitement désavantageux à votre retour au travail (exemples : changement de fonction ou de salaire, harcèlement...) ? Contactez l'Institut pour l'Égalité des Femmes et des Hommes ou votre syndicat. Téléchargez aussi la brochure en ligne "Grossesse au travail. Guide pour la travailleuse et l'employeur pour un traitement sans discrimination" via le site igvm-iefh.belgium.be.

- **Vis-à-vis de l'Onem :** pour percevoir l'allocation d'interruption de carrière, vous devez adresser une demande à l'Onem (Office national de l'Emploi), au plus tard dans un délai de 2 mois suivant le début de votre congé. Pour les travailleurs du secteur privé, cette demande peut également être faite par voie électronique via le portail de la Sécurité sociale (socialsecurity.be).

Onem

Boulevard de l'Empereur 7
1000 Bruxelles
Tél. : **02 515 41 11**
Site web : onem.be

Les attestations relatives

à la naissance, à l'adoption ou au handicap de l'enfant devront être remises à l'employeur et à l'Onem au plus tard au moment où le congé débute. Le montant de l'allocation est lié à l'index. Il varie selon la formule choisie et le temps de travail (temps plein ou temps partiel).



À combien s'élèvent les allocations ?

- **En cas d'interruption de carrière complète :** Si vous effectuez un travail à temps plein, les allocations s'élèvent à **914,67€ nets par mois** (montant au 1^{er} mai 2024). Celles-ci sont forfaitaires. Leur montant n'est pas calculé en fonction de votre rémunération. Pour un emploi à temps partiel, vous percevez une partie de ce même montant par mois, proportionnellement à la durée de vos prestations de travail.
- **En cas de réduction du temps de travail :** En cas de réduction du temps de travail à mi-temps, les allocations s'élèvent à **421,61€ nets par mois** (montant au 1^{er} mai 2024).

En cas de réduction des prestations de travail d'1/5 temps, les allocations s'élèvent par mois à **143,04€ nets**. Enfin, en cas de réduction des prestations de travail d'1/10 temps, les allocations s'élèvent par mois à **71,52€ nets** (montants au 1^{er} mai 2024).



Dans le secteur public, certaines formules de congés donnent droit au maintien de la rémunération à 100 % ou à une allocation de l'Onem. D'autres ne sont pas rémunérées. Consultez le Service du personnel de votre employeur ou votre délégation syndicale pour connaître vos droits.



Vous êtes travailleur salarié ou indépendant et **vous souhaitez accueillir un ou plusieurs enfants dans votre famille pour une durée de 6 mois minimum** ? Vous avez droit à un congé parental d'accueil de 6 semaines

maximum. Les 3 premiers jours sont à charge de l'employeur. Pour tout congé parental d'accueil débutant au plus tôt le 1^{er} janvier 2025, vous avez droit à 4 semaines supplémentaires à partager entre les parents.

Le solde est indemnisé par la mutuelle à hauteur de 82 % de la rémunération perdue plafonnée.

Retrouvez toutes les infos utiles sur le **congé parental d'accueil** sur mc.be/demarches-grossesse-naissance !

Type de congé parental



Interruption complète de travail durant 4 mois (en une période continue ou fractionnée par périodes d'1 mois minimum. Dérogation possible si accord de l'employeur pour des périodes d'1 semaine)

914,67€/mois*

Réduction de prestations à 4/5^e durant 20 mois (en une période continue ou fractionnée par périodes de 5 mois minimum)

143,04€/mois*

Réduction de prestations à mi-temps durant 8 mois (en une période continue ou fractionnée par périodes de 2 mois minimum)

421,61€/mois*

Réduction de prestations à 1/10^e durant 40 mois (en une période continue ou fractionnée par périodes de 10 mois minimum)

71,52€/mois*

* Ces allocations peuvent être majorées pour les travailleurs de plus de 50 ans. Pour savoir si vous avez droit à ces allocations majorées, adressez-vous à votre Service du personnel ou à l'Onem. Montants nets au 1^{er} mai 2024.

Le crédit-temps

Qui peut en bénéficier ?

Le crédit-temps s'inscrit dans le cadre de la réglementation relative à l'interruption de carrière avec motif (l'éducation d'un enfant de moins de 8 ans dans ce cas-ci).

Il s'applique uniquement si vous travaillez dans le secteur privé. Pour l'obtenir, vous devez satisfaire à plusieurs conditions d'accès auprès de votre employeur.

De nombreuses formules existent : interruption de carrière complète, réduction des prestations de travail à mi-temps, à 1/5 ou 1/10 temps avec ou sans possibilité de prolongation...



Vous disposez d'une durée maximale de 51 mois calendrier sur l'ensemble de votre carrière. Cette durée ne varie pas en fonction de la forme d'interruption demandée (à temps plein, à mi-temps ou d'un cinquième). Par ailleurs, votre employeur peut toujours reporter l'exercice de ce droit pour des raisons liées au bon fonctionnement de l'entreprise.

Quelles sont les démarches ?

- **Vis-à-vis de votre employeur :** Vous devez avertir votre employeur par lettre recommandée, **3 mois avant le début du crédit-temps** (6 mois avant si l'entreprise compte moins de 20 travailleurs). Cette demande peut également être faite par voie électronique via le portail de la Sécurité sociale (socialsecurity.be).
- **Vis-à-vis de l'Onem :** Les allocations d'interruption doivent également être demandées auprès de l'Onem, au plus tard **dans un délai de 2 mois suivant le début du crédit-temps.**

Plus d'infos sur les conditions d'accessibilité, la durée ou les montants des différentes formules ?

Contactez le Service Réglementation de l'Onem ou le Service social de votre mutualité.



Onem

Boulevard de l'Empereur 7
1000 Bruxelles
Tél. : **02 515 41 11**
Site web : **onem.be**

Le congé sans solde et la démission

Le congé sans solde n'est pas un droit.

Interrompre votre activité de salarié ou votre recherche d'emploi a des conséquences en matière de sécurité sociale, notamment pour l'assurance-chômage et l'assurance obligatoire : vous pouvez perdre certains droits, puisque vous ne cotisez plus.

Vous pouvez toujours convenir d'une suspension temporaire de votre contrat de travail avec votre employeur (il peut exister une convention collective de travail, dans certains secteurs ou certaines entreprises, qui prévoit ce type de régime). Dans ce cas, il faut convenir de toutes les modalités sur lesquelles vous pouvez vous mettre d'accord. **Pendant la période de congé sans solde, vous n'êtes pas rémunéré par votre employeur et ne bénéficiez d'aucune protection en cas de licenciement.**

Vous souhaitez démissionner dans l'intention de vous occuper de votre enfant ? Vous ne recevrez aucune allocation pendant que vous l'élèverez. Prenez donc le temps de bien vous informer sur les conséquences de cette période.



Pour toutes questions à ce sujet, informez-vous auprès du Service social de la MC.



Le congé pour raisons impérieuses

Dans le secteur privé, vous pouvez bénéficier de **10 jours de congé non rémunérés par année civile** pour raisons impérieuses, notamment **lorsque votre présence auprès de votre enfant malade est requise** (dans certaines entreprises, une partie de ces jours de congé est payée). Si vous optez pour cette formule et souhaitez compenser ultérieurement la perte de revenu qu'elle entraîne, vous pouvez convenir avec votre employeur d'effectuer les heures ou les jours de prestation à un autre moment.

Pour en bénéficier, vous devez avertir votre employeur de votre absence dans les plus brefs délais et lui remettre une attestation médicale.

Les déductions fiscales

Les frais de garderie sont déductibles des frais réellement payés. Cette déduction, plafonnée à **16,40 € par jour et par enfant de moins de 14 ans (ou de moins de 21 ans en cas de handicap lourd)**, concerne les frais de garde, des activités parascolaires ainsi que des camps, stages de vacances et plaines de jeux (montant valable pour l'année des revenus 2024 | exercice d'imposition 2025).



Si l'enfant est à votre charge fiscale, vous bénéficiez d'un relèvement du montant minimum de revenus exonérés d'impôts par enfant de moins de 3 ans.

Comment en bénéficier ?

Vous pouvez déduire ces montants de vos revenus professionnels lors de la déclaration d'impôts en remettant des documents justificatifs demandés à l'un des prestataires et/ou organismes suivants :

- **À l'institution, à la crèche ou à la personne qui garde votre enfant** à condition que celles-ci soient reconnues et contrôlées par l'Office de la Naissance et de l'Enfance (ONE) ou par Kind en Gezin.
- **À l'école maternelle ou primaire** à laquelle vous payez des frais de garderie ou d'activité parascolaire.
- **À l'institution qui organise le camp ou le stage de vacances** à condition qu'elle soit reconnue par les pouvoirs publics locaux, communautaires ou régionaux.



La déduction fiscale des frais de garde s'applique aux revenus de la personne qui a l'enfant à sa charge. En cas de séparation ou de divorce, et si la garde est répartie de manière égalitaire, l'avantage fiscal est réparti entre les parents. Cependant, seul le parent ayant l'enfant à charge fiscalement au 1^{er} janvier de l'exercice d'imposition pourra bénéficier de la déduction.

Des avantages pour petits et grands

Soins enfants et ados

Pour chaque enfant de moins de 18 ans, avec un dossier médical global, **vous pouvez obtenir le remboursement total** des consultations et des actes techniques d'un médecin généraliste ou spécialiste, des séances de kiné, de logopédie (si l'assurance obligatoire intervient et avec accord du médecin-conseil), des soins infirmiers et des consultations d'un orthodontiste. Seuls les suppléments d'honoraires éventuels sont à votre charge.



L'ouverture du DMG chez votre médecin généraliste est gratuite et la prolongation est automatique en cas de consultation au moins 1 fois tous les 2 ans auprès de ce médecin.

Psychomotricité

Votre enfant suit un traitement de rééducation chez un psychomotricien ? La MC vous rembourse **jusqu'à 750 €** par an (10 € par séance prescrite), sans limite d'âge.

Logopédie

Pour les moins de 18 ans avec un DMG, les séances de logopédie sont entièrement remboursées par la MC si l'assurance obligatoire intervient (sauf les suppléments d'honoraires éventuels). Vous recevez aussi **20 €** si un **test de QI** est nécessaire pour un dossier lié à un trouble du langage ou une dysphasie.

Si l'assurance obligatoire n'intervient pas, vous recevez une intervention de la MC de **10 € par séance**, jusqu'à 2x75 séances, après accord du médecin-conseil.

Soutien psychologique

Vous avez l'impression de ne plus vous en sortir en tant que parent ? Votre couple a du mal à trouver de nouveaux repères ? Votre enfant a besoin de se confier à un professionnel ? Vous recevez jusqu'à **360 € par an** (jusqu'à 20 € par séance) pour vos consultations de psychologie ou sexologie.

Aide à domicile

Vous pouvez recevoir jusqu'à **300 € par an** sur vos factures pour une aide familiale ou aide-ménagère sociale d'Aide & Soins à Domicile ou d'un autre organisme reconnu par la MC (voir mc.be).

Sport et activités enfants et ados

Vous recevez **jusqu'à 100 € par an et par enfant**, au choix parmi* :

- les frais d'inscription à un sport ou à des événements sportifs
- l'achat d'un vélo (minimum 20 pouces)
- les stages et les camps de vacances (hors séjours et plaines Ocarina)
- les séjours scolaires (classe verte, de mer, de neige, voyage rhéto...)
- les formations d'animateur Ocarina

De la naissance jusqu'au 31 décembre après le 18^e anniversaire, sans limite de remboursement par jour.



La MC propose aussi des plaines et des séjours de vacances organisés par son partenaire **Ocarina**.

En tant qu'affilié MC, vous bénéficiez d'une réduction **jusqu'à 170 € par séjour** et **25 € par semaine de plaine**.

Plus d'infos sur ocarina.be

* Sous réserve de l'approbation de l'OCM



Sport et mobilité adultes

Vous recevez **jusqu'à 50 € par an** pour vos frais d'inscription à un sport ou à des événements sportifs, ou **150 € pour 3 ans sur l'achat d'un vélo** : c'est vous qui choisissez* ! À partir de l'année des 19 ans.

Accompagnement périnatal

Vos visites chez le gynécologue, la sage-femme, les échographies et les séances de kiné périnatale sont **entièrement remboursées pendant la grossesse et jusqu'à 3 mois après l'accouchement**. Seuls les suppléments d'honoraires éventuels ne sont pas remboursés.



Plus d'infos sur vos avantages MC sur mc.be/avantages

Connaissez-vous Medi + ? **New**

L'assurance soins quotidiens de la MC vous propose des remboursements supplémentaires pour la psychologie, la sexologie, les thérapies alternatives, la prévention, les lunettes, les lentilles, l'opération des yeux, les consultations chez les prestataires de soins, mais aussi des remboursements pour l'audition et les soins des pieds !

Avec Medi +, vous êtes assuré de la tête aux pieds !
Découvrez toutes les infos sur mc.be/medi



Optique

Vous recevez **jusqu'à 120€ tous les 3 ans** pour tout achat de lunettes ou lentilles correctrices. **Même sans prescription, à tout âge et pour toutes les dioptries.**

Pour l'**opération au laser ou la pose d'un implant ou d'une lentille intraoculaire**, vous recevez **jusqu'à 500€** (250€ par œil).



Chez notre partenaire **Qualias Optique**, les affiliés MC reçoivent **20% de réduction**, et même **40% pour les moins de 18 ans !**

Plus d'infos sur qualias.be

Thérapies alternatives et prévention

Vous recevez **jusqu'à 75€ par an et par affilié**, au choix parmi :

- vos séances d'ostéopathie, médecine manuelle, acupuncture, chiropraxie
- vos consultations d'homéopathie
- vos consultations chez un diététicien ou un médecin nutritionniste
- vos frais de vaccins ou désensibilisants
- vos frais de prise de sang (1 analyse par an)

Maximum 15 € par prestation (séance, consultation, achat...), et pour les prestataires, vaccins et désensibilisants reconnus.

Accompagnement par le Service social

Votre situation est complexe et vous désirez être guidé dans les démarches à effectuer pour faire valoir vos droits ou pour obtenir les avantages sociaux prévus dans votre cas ? Vous éprouvez le besoin d'être accompagné parce que vous êtes confronté à l'isolement, à la maladie ou au handicap de votre enfant ?

Le Service social de la MC est à votre disposition.



Plus d'infos sur mc.be/service-social

Soins dentaires

À la MC, vous bénéficiez automatiquement d'une couverture soins dentaires de qualité, sans questionnaire ni examen médical, et sans stage d'attente. **Dento solidaire** intervient :

- **jusqu'à 500€** lors d'un traitement d'orthodontie classique. La notification, donnée et complétée par l'orthodontiste, doit être rentrée à la MC avant le 15^e anniversaire de votre enfant. Les visites de contrôle sont remboursées à 100% si votre enfant possède un DMG.
- **jusqu'à 200€** tous les 3 ans pour le placement de prothèses et implants dentaires non remboursés par l'assurance obligatoire.

Et avec **Dento +**, l'assurance soins dentaires de la MC, vous bénéficiez de soins préventifs et curatifs **100% remboursés** ! Vos frais d'orthodontie, de prothèses et d'implants dentaires ou de parodontologie sont également encore mieux remboursés.



Plus d'infos sur mc.be/dento

Hospitalisation

Comprise dans votre cotisation, **Hospi solidaire** garantit pour vous et votre famille d'accéder à des soins de santé de qualité à des prix raisonnables, même en cas d'hospitalisation. **Votre enfant a moins de 18 ans ?** Hospi solidaire prend en charge l'intégralité de ses frais d'hospitalisation en chambre à 2 lits.

Les assurances **Hospi +**, **Hospi +100** et **Hospi +200** vous garantissent une prise en charge encore plus importante de vos frais hospitaliers.



Voir la 1^{re} partie de cette brochure (Pendant la grossesse), en p.25.



Plus d'infos sur mc.be/hospi



Les questions à poser à ma sage-femme

Voici une liste de questions utiles pour préparer vos visites de la sage-femme !

Questions administratives		Questions santé
Pendant la grossesse	Combien d'échographies sont remboursées ? (3D, quantité)	Je ne suis pas immunisée contre la toxoplasmose, à quoi dois-je faire attention dans mon alimentation ?
	Pratiquez-vous le tiers-payant ?	Quelle préparation à l'accouchement proposez-vous ? (sophrologie, haptonomie, kiné, piscine, hypnose, yoga...)
	Dois-je prévoir un certificat médical pour mon congé de maternité ? Pouvez-vous le compléter ou est-ce au gynécologue de le faire ?	En cas de complications pendant ma grossesse, continuez-vous à me suivre ?
	Êtes-vous conventionnée ? À quel remboursement ai-je droit ?	Comment se déroule le suivi prénatal ?
		Puis-je faire du sport pendant ma grossesse ?
		Dois-je me préparer pour accoucher dans l'eau ? Si oui, comment se déroule la préparation ?
À la naissance	Quels sont les coûts pour un accouchement à domicile ou en maison de naissance ? Quels sont les remboursements prévus par l'assurance obligatoire et/ou par ma mutualité ?	Comment puis-je aborder la douleur ? La péridurale est-elle automatique ?
	Si vous m'accompagnez lors de l'accouchement à l'hôpital et/ou si vous procédez à des actes techniques, à quels coûts puis-je m'attendre ?	Si j'accouche à l'hôpital, pourrez-vous m'accompagner à la maternité ? Pourrez-vous procéder à des actes techniques ?
	Quels sont vos honoraires pour un travail à domicile et/ou un accouchement sur plateau technique (en tant que sage-femme libérale) ?	Quelles sont les conditions pour accoucher en maison de naissance ou à la maison ? Comment se déroule l'accouchement dans ce cas ?
		En quoi consiste un accouchement dans l'eau ? Quelles sont les maternités qui le proposent ? Puis-je le faire à la maison ou en maison de naissance ?
Bébé est là !	Combien de consultations post-natales sont remboursées ? Quel est le montant du remboursement ? Cela inclut-il les déplacements ?	Que signifie "hôpital amis des bébés" ? Quels sont les hôpitaux concernés ?
	 Bon à savoir Préparez aussi vos visites chez le médecin généraliste et chez le kiné en téléchargeant la check-list des questions santé et administratives à poser avant et après la naissance de votre bébé ! Plus d'infos sur mc.be/questions-prestataires	Quels sont les gestes médicaux et les soins apportés à mon bébé ? (examens pédiatriques, dépistage, soins : bain, cordon...)
		Est-ce vous qui m'accompagnez au retour à la maison ? Comment vous joindre à mon retour ou en cas de besoin la nuit ?
		La contraception après la naissance du bébé : quels sont mes choix ?
		Que comprennent les soins post-accouchement à la maison ? Combien de temps durent-ils ?
		Qu'est-ce que le test de guthrie ? Est-ce obligatoire ?
		J'ai des doutes sur le bain à la maison, sur mon organisation au quotidien, sur mon rôle de maman... Cela fait-il partie des visites à domicile ?
		Comment allez-vous m'aider durant l'allaitement ? Ai-je le choix de ne pas allaiter mon bébé mais de lui donner le biberon ?