

Je suis enceinte

Félicitation, vous attendez un heureux évènement. En dehors de tout l'aspect émotionnel que cette nouvelle revêt, vous allez être submergée de nombreuses questions. Nous allons tenter d'y répondre au mieux.

Vivre une grossesse sereine

Les gardes

Quel que soit mon statut, à partir du début du troisième mois (soit 2mois révolu), les gardes de nuit ne sont plus obligatoires. Je peux continuer à en faire mais sur présentation d'un certificat de grossesse, je peux en être exempté.

Ma vie d'urgentiste

Être enceinte et urgentiste peut parfois être physiquement éprouvant.

D'un point de vue théorique, aucun poste n'est contre-indiqué pendant la grossesse, mais certaines contraintes sont bien présentes et il faut parfois apprendre à se ménager pour rester plus longtemps. En tant que médecin hospitalier quel que soit mon statut, je n'ai pas le droit à l'heure de grossesse, mais des aménagements sont possible à la discrétion du chef de service.

Selon les équipes, des aménagements peuvent être prévu afin d'être sur des postes à plus faible pénibilité physique comme la régulation médicale ou l'UHCD. Je ne dois pas hésiter à en parler à mes collègues, aux personnes faisant le planning ainsi qu'à mon chef de service. En général, il n'y a aucun jugement ni avis négatif à ce sujet, il n'y a donc pas de crainte à avoir.

Le départ SMUR à 4h du matin pour intuber à 4 pattes dans un endroit exigü peut être une situation très cocasse mais très peu confortable. Aussi, il faudra soit renoncer à certaines facettes excitantes de notre métier quelques mois ou apprendre à faire autrement (intuber en étant sur le côté et non sur le ventre ou dans une autre position). Néanmoins le SMUR devient rapidement source d'angoisse pour les futures mamans (nausées en route, secousses en voiture, peur de se prendre un mauvais coup ou d'être exposée à une situation à risque...) et il est commun de suspendre rapidement cette activité en début de grossesse.

Money Money Money

Je suis inquiète car moins de garde et un congés maternité veut dire également moins d'argent à la fin du mois, et si je suis arrêtée et alitée toute la grossesse ? C'est là que les choses peuvent rapidement se compliquer.

En effet, si la grossesse n'est pas anticipée et que je n'ai pas souscrit de prévoyance, je perds rapidement le bénéfice de mes gardes. En cas d'arrêt maladie ou maternité, et peu importe le statut, la totalité des émoluments (hors garde) est maintenu pendant 3mois (puis 3mois à demi régime). Attention si vous avez un statut de clinicien hospitalier, vous ne recevrez que les IJ de la sécurité sociale et aucun complément de la part de l'employeur (soit une baisse de salaire considérable). Pour pallier à ces situations, il est commun de prendre une prévoyance, qui permet en cas d'arrêt de travail, de couvrir le manque de salaire sur un montant fixé au préalable. Le coût de la prévoyance varie selon son statut et la somme totale demandée. Certaines proposent également un forfait versé pendant le congés maternité pour pallier le manque de garde. Attention, la plupart des prévoyances ont

des délais de carences pour la maternité allant parfois jusque 4ans (c'est-à-dire qu'entre le début du contrat et la grossesse il y a un temps minimal à respecter), renseignez-vous bien et comparez avant de signer (non non, on ne vous dira pas le nom de celle qui n'a qu'une carence d'un mois).

Attention, si je suis praticien hospitalier contractuel, à l'expiration de mes congés, je suis réaffectée de plein droit dans mon ancien emploi, sous réserve que mon contrat n'ait pas pris fin (le bénéfice de ces congés n'a pas pour effet de reculer la date du terme du contrat).

Valider mon stage d'interne, valider mon clinicat

Pour valider un semestre d'interne ou un semestre en tant que CCA-AHU, vous pouvez demander un poste en surnombre afin de ne pas amputer vos collègues d'un médecin si vous êtes arrêtés plus tôt que prévu, ou simplement pour couvrir le congés maternité. Afin d'être validant, 4mois du semestre auront dû être effectué (les congés annuels font partis du temps effectué, seul le congés maladie ou maternité n'est pas validant.). A vos calculs !

Bébé est là !

Petits bonus

La prime maternité versée par la CAF doit être demandée aux alentours du 7^{ème} mois, elle est conditionnée par les revenus (plafond fixé chaque année). Je ne compte pas trop dessus.

Je pense parcontre aux organismes qui offrent une prime de naissance comme ma prévoyance, ma mutuelle (celle de mon conjoint/mari/amant également !). J'y ai le droit !

En tant que médecin hospitalier quel que soit mon statut, je n'ai pas le droit à l'heure d'allaitement à la reprise du travail, mais des arrangements restent à la discrétion du chef de service et il n'y a en général aucun souci pour tirer son lait.

Qui va le garder ?

Tout le monde n'a pas la chance d'avoir une maman ou une belle maman en retraite habitant à deux pas de chez soi, ou encore un mari aux horaires conventionnels. La question du mode de garde doit rapidement s'anticiper dès les premiers mois de grossesse.

Les aides dépendent du mode de garde, du nombre d'enfant, et sont à demander auprès de la CAF. Là aussi, les revenus seront pris en compte dans le calcul de l'aide. Il existe des calculateurs en ligne pour estimer ses droits.

Différentes possibilités existent :

- La crèche collective

Ce sont des structures accueillant les enfants par groupe d'âge (avec différentes zones dédiées) avec en général 30 à 60 enfants au sein de la structure. Les places sont en général attribuées par la mairie selon des critères propres à chaque ville. Les horaires d'accueil sont souvent uniquement jusque 18h30.

Il existe certaines crèches collectives hospitalières. Les horaires sont en règle plus larges, parfois jusque 21h. L'attribution des places se fait par l'hôpital et le personnel commençant tôt est souvent privilégié par les commissions.

Les tarifs sont fixés selon le quotient familial, la CAF versant des aides directement à la structure, on ne paye que le reste à charge et les repas.

Le ratio nounou/enfant est de 1 pour 5 marcheurs et 1 pour 3 non marcheurs. Il existe des périodes de fermeture annuelle (5 semaines par an.)

- La micro-crèche

Cette structure est plus familiale et accueille 10 enfants maximum en même temps. Il n'y a pas de groupe d'âge car la structure est plus petite.

Les horaires sont souvent plus larges que les crèches standards et il n'est pas rare de voir 19h30/20h comme heure de fermeture.

Le ratio nounou/enfant est identique à la crèche classique.

La structure ne perçoit pas directement les aides de la CAF et émet une facture globale que je dois régler. Suite à ce règlement, je reçois mon aide de la CAF. Il existe des périodes de fermeture annuelle (5 semaines par an.)

- L'assistante maternelle

L'assistante maternelle travaille chez elle. Elle accueille des enfants en fonction d'un agrément qu'elle a obtenu auprès de la PMI. Son agrément peut comprendre des gardes de nuit ou de week-end (agrément spécial).

Là c'est différent, je deviens employeur (avec l'administratif que cela comporte y compris en cas de rupture de contrat). Si l'assistante maternelle est malade, elle n'est pas remplacée et elle fixe en général elle-même ses congés (5 semaines par an).

- La garde à domicile

Je peux être employeur ou passer par un prestataire de service de garde d'enfant.

Dans le premier cas, les contraintes sont celle de l'employeur alors que dans le second c'est la société qui gère tout (y compris les absences de la nounou, ils s'occupent de la remplacer). Les horaires sont ceux dont on a besoin.

Le tarif horaire reste relativement élevé mais reste le même pour un ou deux ou trois enfants. Je dois avancer l'ensemble des frais et la CAF reverse l'aide ensuite.

On peut cumuler deux modes de garde différents si on le souhaite (mais la CAF n'aidera qu'une fois).

Le restant à charge permet dans tous les cas d'obtenir un crédit d'impôt à hauteur de 50% (plafonné à 3000€ environ en cas de crèche, micro-crèche ou assistante maternelle et 15000€ pour les emplois à domicile).

Bébé est malade et je suis de garde ce soir

Si je suis interne, j'ai le droit à des congés enfant malade. Néanmoins, pour les autres statuts, ces congés n'existent pas. Il faudra réussir à s'arranger avec ses collègues qui sont en général très compréhensifs.

Réduire mon temps de travail

Il est possible que j'envisage de réduire mon temps de travail à 80% après avoir eu un enfant. Il faut anticiper ce 80% au moins 3mois avant la reprise.

Prendre un congés parental

Peu importe son statut, j'ai le droit à un congés parental d'une durée de 3ans. Ces congés ne sont pas rémunérés mais sont subventionnés par le CAF. Attention toutefois, pas droit retraite acquis pendant ces congés et la subvention de la CAF est peu importante. La demande de congé parental doit être présentée un mois au moins avant le début du congé et doit comporter l'engagement du praticien de consacrer effectivement le congé à élever son enfant.

Et monsieur dans tout ça ?

Je suis de garde et ça y est, c'est le moment !

La plupart des urgentistes devant devenir père s'arrangent pour ne pas travailler sur les dates aux alentours de l'accouchement (congés, gardes regroupées). Il n'y a aucun cadre réglementaire qui autorise de quitter son poste pour raison familiale exceptionnelle. Néanmoins, les directions d'hôpitaux ne voient aucun problème si la fin de garde est assurée par un/une collègue. Certains hôpitaux mettent en place des lignes d'astreinte avec anticipation des volontaires pouvant reprendre la garde au pied levé.

Congés paternité

Un congé de paternité et d'accueil de l'enfant de onze jours consécutifs en cas de naissance simple et de dix-huit jours consécutifs en cas de naissances multiples est ouvert après la naissance de l'enfant au père ainsi que, le cas échéant, au conjoint de la mère, à la personne liée à elle par un pacte civil de solidarité ou vivant maritalement avec elle. Pendant ce congé pris dans les quatre mois suivant la naissance de l'enfant, le praticien perçoit la totalité de ses émoluments (hors garde).

Ces congés s'ajoutent aux 3 jours pouvant être pris dans le mois suivant la naissance et à partir du jour de la naissance.