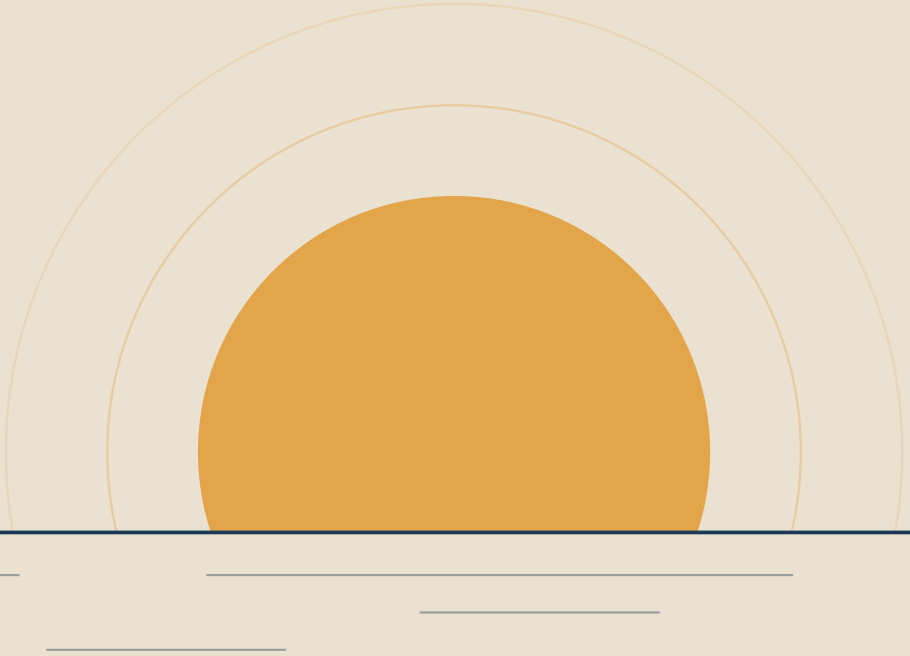
Mamavela

Attendre un enfant au Québec : toutes les démarches

Suivi de grossesse, coûts, congés, aides et démarches du bébé au Québec, étape par étape, d'après les sources officielles.



Extrait gratuit

Usage personnel de l'acheteur et de sa famille ; partage et revente interdits. Ce livre informe et ne remplace pas un avis médical.
Questions : administration@lacangel.fr

Sommaire

Avant de commencer 3

Comment lire ce guide 3

Un mot sur les mots 3

1. Le système québécois en un coup d'œil 4

Avant de commencer

Vous attendez un enfant au Québec, et très vite les sigles s'empilent : RAMQ, CLSC, GMF, RQAP, DEC, ACE, CNESST. Chacun renvoie à un organisme différent, avec son formulaire, son délai et son numéro de téléphone. Ce guide les remet dans l'ordre où vous en aurez besoin, du test positif jusqu'à l'inscription de votre enfant en service de garde.

Il repose sur une promesse simple : **chaque montant, chaque durée et chaque délai vient d'une source officielle**, ouverte et relue le 13 octobre 2026 (quebec.ca, Retraite Québec, Canada.ca, le Régime québécois d'assurance parentale, l'Institut national de santé publique du Québec, les établissements du réseau de la santé). Quand une règle vient de la Loi sur les normes du travail, nous la citons telle que l'expliquent Éducaloi et les pages gouvernementales. Quand un chiffre n'a pas pu être confirmé ce jour-là sur une source officielle, nous ne l'écrivons pas : nous vous disons où le vérifier.

> **Ce guide informe ; il ne remplace ni votre médecin, ni votre sage-femme, ni un avis juridique.**
>
> Les montants indiqués sont ceux en vigueur au 13 octobre 2026. Les prestations sont indexées chaque année, souvent au 1er janvier ou au 1er juillet : vérifiez toujours le montant de l'année où vous faites votre demande. En cas d'urgence, composez le **911**. Pour un conseil santé, jour et nuit, composez le **811**.

Comment lire ce guide

Vous n'avez pas besoin de tout lire d'un coup. Les chapitres 1 à 4 vous accompagnent pendant la grossesse. Les chapitres 5 à 8 concernent le travail, les congés et l'argent du RQAP : lisez-les avant votre 20e semaine, car c'est le moment de prévenir votre employeur et de faire vos calculs. Les chapitres 9 à 12 portent sur la naissance et les premiers mois. Le chapitre 13 réunit les situations particulières : travailleuse autonome, étudiante, nouvelle arrivante, maman solo, couple de femmes, PMA, jumeaux, perte de grossesse. Le chapitre 14 est un calendrier à cocher ; le chapitre 15 contient des modèles de lettres prêts à adapter.

Un mot sur les mots

Le guide emploie le vocabulaire québécois, celui que vous entendrez au CLSC, à l'hôpital et au téléphone avec les organismes : « suivi de grossesse », « congé parental », « prestations », « garderie », « carte d'assurance maladie ». Un lexique complet se trouve à la fin. Le guide parle de « mère » ou de « personne qui donne naissance » et de « l'autre parent » : les lois québécoises reconnaissent toutes les familles, et les règles décrites s'appliquent à toutes.

1. Le système québécois en un coup d'œil

Au Québec, la grossesse touche deux paliers de gouvernement. Le Québec gère la santé (RAMQ, CLSC, hôpitaux, sages-femmes), l'état civil, l'assurance parentale (RQAP), l'Allocation famille et les services de garde. Le gouvernement du Canada gère l'Allocation canadienne pour enfants, le numéro d'assurance sociale et le passeport. Votre employeur, lui, applique la Loi sur les normes du travail (ou le Code canadien du travail s'il est une entreprise de compétence fédérale, comme une banque).

Organisme	Ce qu'il fait pour vous	Quand vous le contactez
RAMQ (Régie de l'assurance maladie du Québec)	Couvre les soins médicaux, le suivi de grossesse, l'accouchement ; inscrit le bébé	Dès le début de la grossesse (vérifier votre carte), puis après la naissance si besoin
CLSC (Centre local de services communautaires)	Service Ma grossesse, cours prénataux, visite à domicile après la naissance, vaccination	Dès le test positif
GMF ou clinique, ou service de sage-femme	Suivi de grossesse	Le plus tôt possible
Info-Santé et Info-Social 811	Conseils infirmiers et psychosociaux, accès à la première ligne sans médecin de famille	À tout moment
CNESST	Normes du travail, programme Pour une maternité sans danger	Si votre travail présente des dangers, ou en cas de litige
RQAP	Prestations de maternité, de paternité et parentales	Au moment où vous cessez de travailler
Directeur de l'état civil (DEC)	Enregistre la naissance, délivre certificats et copies d'acte	Dans les 30 jours suivant la naissance
Retraite Québec	Allocation famille	Automatique après la naissance dans la plupart des cas
Agence du revenu du Canada (ARC)	Allocation canadienne pour enfants (ACE)	Au moment de la déclaration de naissance
Service Canada	Numéro d'assurance sociale du bébé, passeport	Après la naissance
Ministère de la Famille	Portail d'inscription aux services de garde	Après la naissance

Bon à savoir.

Après la naissance, un seul formulaire en ligne, rempli à l'hôpital ou à la maison de naissance, informe plusieurs organismes à la fois : c'est la Demande d'accès simplifié aux programmes et services gouvernementaux relatifs à la naissance, remplie avec la déclaration de naissance. Le chapitre 9 l'explique en détail.

Fin de l’extrait

Merci de nous avoir lus jusqu’ici. Nous espérons que ces premières pages vous servent déjà, et qu’elles vous montrent comment le reste du livre est construit : des étapes claires, des pages à remplir, des sources que vous pouvez vérifier.

Le livre complet compte 50 pages.

Le retrouver ici : https://mamavela.fr/boutique/attendre-un-enfant-au-quebec/

Paiement unique, PDF immédiat.