



Devenir parent : programmes et services gouvernementaux.....	772
Ressources pour les parents.....	812

Devenir parent : programmes et services gouvernementaux

Avant-propos..... 773

Avant la naissance

Congés parentaux et retrait préventif 774

Aide financière..... 778

Services de garde du Québec 785

À la naissance

Aide financière..... 792

Inscription et choix du nom de votre enfant 796

Après la naissance

Aide financière..... 802

Filiation, droits et obligations des parents 804

Campagne Mon arbre à moi 807

Adoption..... 808

Programmes et services du gouvernement du Canada ... 810

Services Québec..... 811



© Lise Gagné

Avant-propos

Le chapitre « Devenir parent : programmes et services gouvernementaux », produit par Services Québec, contient de l'information générale sur les principaux programmes et services gouvernementaux offerts aux parents et aux futurs parents ainsi que sur les démarches à effectuer lors de l'arrivée d'un enfant.

Après avoir lu ce chapitre, si vous souhaitez obtenir plus d'information sur les programmes et services du gouvernement du Québec, nous vous invitons à consulter le guide électronique *Devenir parent*, proposé à l'adresse Quebec.ca/parent.

Pour toute demande d'information concernant ce chapitre ou les programmes et services du gouvernement du Québec, adressez-vous à Services Québec.

Par Internet
Quebec.ca

Par téléphone
Région de Québec : 418 644-4545
Région de Montréal : 514 644-4545
Ailleurs au Québec : 1 877 644-4545

Par téléimprimeur (ATS)
1 800 361-9596

En personne
À un bureau de Services Québec près de chez vous. Vous trouverez les coordonnées du bureau de votre région dans la section Nous joindre du site Quebec.ca.

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont contribué à la mise à jour du chapitre « Devenir parent : programmes et services gouvernementaux ».

Bonne lecture!

Avant la naissance

Congés parentaux et retrait préventif

Congés en vertu de la *Loi sur les normes du travail*

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail

Les congés payés et non payés auxquels vous avez droit sont précisés dans la *Loi sur les normes du travail*. Cette loi protège la majorité des salariés québécois, mais certains salariés en sont exclus totalement ou partiellement. Si vous êtes syndiqué, vérifiez les dispositions prévues par votre convention collective en matière de congés.

D'autres dispositions sont prévues par la *Loi* pour des événements particuliers pouvant survenir pendant certains congés. Celles-ci vous permettent notamment de vous absenter pour remplir des obligations liées à la garde, à la santé ou à l'éducation de votre enfant. Pour en connaître les détails, communiquez avec la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail.

Certains congés sans salaire prévus par la *Loi sur les normes du travail* sont payés, en totalité ou en partie, en vertu des dispositions du Régime québécois d'assurance parentale (voir *Régime québécois d'assurance parentale*, page 778).

Pour bénéficier de l'un ou l'autre des congés décrits ci-après vous devez répondre à certaines conditions.

Congés pour les examens liés à la grossesse

Vous pouvez vous absenter de votre travail, sans salaire, pour des examens liés à votre grossesse. Vous devez aviser le plus tôt possible votre employeur du moment où vous serez absente.

Congé de maternité

En général, si vous êtes salariée et enceinte, vous avez droit à un congé de maternité d'une période maximale de 18 semaines continues, sans salaire. Le congé de maternité peut débuter au plus tôt la 16^e semaine précédant la semaine prévue de votre accouchement et se terminer au plus tard 20 semaines après la semaine de l'accouchement. Vous pouvez donc répartir votre congé avant et après la semaine de l'accouchement.

À votre demande, le congé de maternité est suspendu, divisé ou prolongé si votre état de santé ou celui de votre enfant le nécessite.

Au moins trois semaines avant votre départ, ou moins de trois semaines si votre état de santé vous oblige à partir plus tôt, vous devez fournir à votre employeur un avis écrit mentionnant la date à laquelle commencera votre congé de maternité ainsi que la date prévue de votre retour au travail. L'avis doit être accompagné d'un certificat médical détaillé ou d'un rapport écrit et signé par une sage-femme.

À la fin de votre congé de maternité, l'employeur doit vous réintégrer dans votre poste habituel et vous donner le même salaire et les mêmes avantages que ceux auxquels vous auriez eu droit si vous étiez restée au travail.

Congé pour les parents (naissance ou adoption)

Vous et votre conjoint pouvez vous absenter du travail pendant cinq journées, dont les deux premières sont payées, à l'occasion de la naissance de votre enfant ou à celle de l'adoption d'un enfant, ou encore lorsque survient une interruption de grossesse à compter de la 20^e semaine de grossesse.

À votre demande, ces cinq journées de congé peuvent être prises séparément, non nécessairement en continu. Si votre employeur y consent, elles peuvent aussi être prises en heures.

Vous ne pouvez pas prendre ce congé après l'expiration des 15 jours qui suivent l'arrivée de votre enfant à la résidence ou l'interruption de grossesse, ou si vous êtes déjà en congé de maternité ou de paternité.

Congé de paternité

Vous avez droit à un congé de paternité, sans salaire, d'au plus cinq semaines continues à l'occasion de la naissance de votre enfant. Vous ne pouvez pas transférer ce congé à la mère et vous ne pouvez pas le partager entre elle et vous. Le congé de paternité s'ajoute au congé de cinq jours décrit sous le titre précédent (voir **Congé pour les parents (naissance ou adoption)**, page 775). Il peut débuter à compter de la semaine de la naissance de votre enfant et doit se terminer au plus tard 78 semaines suivant sa naissance.

À votre demande, le congé de paternité est suspendu, divisé ou prolongé si votre état de santé ou celui de votre enfant le nécessite; dans d'autres situations, si l'employeur y consent, le congé peut être fractionné en semaines.

Congé parental

Si vous êtes le parent d'un nouveau-né ou si vous adoptez un enfant, y compris celui de votre conjoint, vous avez droit à un congé parental, sans salaire, d'au plus 65 semaines continues. Ce congé s'ajoute au congé de maternité de 18 semaines ou au congé de paternité de 5 semaines.

Le congé parental commence au plus tôt la semaine de la naissance de votre enfant ou, dans le cas d'une adoption, la semaine où l'enfant vous est confié ou celle où vous quittez votre travail pour aller chercher votre enfant à l'extérieur du Québec. Ce congé se termine au plus tard 78 semaines après la naissance de votre enfant ou, dans le cas d'une adoption, 78 semaines après que votre enfant vous a été confié.

À votre demande, le congé parental est suspendu, divisé ou prolongé si votre état de santé ou celui de votre enfant le nécessite; dans d'autres situations, si l'employeur y consent, le congé peut être fractionné en semaines.

Vous devez aviser votre employeur de votre congé parental au moins trois semaines avant votre départ en lui précisant la date du début de votre congé et celle de votre retour au travail. Ce délai peut être moindre dans certains cas.

Pour plus de renseignements, communiquez avec la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail.

Par Internet

cnesst.gouv.qc.ca

Par téléphone

Partout au Québec: 1 844 838-0808

Programme Pour une maternité sans danger

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail

Le programme Pour une maternité sans danger vise à maintenir en emploi les travailleuses enceintes et celles qui allaitent.

Si vous êtes enceinte et que vous effectuez des tâches présentant un danger pour votre enfant à naître ou pour vous-même à cause de votre état de grossesse, vous avez le droit d'être affectée à d'autres tâches ne comportant pas de danger et que vous êtes en mesure d'accomplir.

L'employeur a l'obligation d'éliminer les dangers présents dans le milieu de travail qui sont attestés dans le formulaire *Certificat visant le retrait préventif et l'affectation de la travailleuse enceinte ou qui allaite*. Il décide des moyens d'action appropriés :

- éliminer à la source le ou les dangers ;
- modifier la ou les tâches de la travailleuse ;
- adapter le poste de travail de la travailleuse ;
- affecter la travailleuse à d'autres tâches qu'elle est raisonnablement en mesure d'accomplir.

S'il est impossible que votre tâche ou votre poste de travail soit modifié, que vous soyez affectée à un autre poste ou que le ou les dangers soient éliminés à la source, vous avez le droit de cesser de travailler temporairement et de recevoir des indemnités de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail.

Pour exercer votre droit à ce programme, qui vous permet avant tout de demeurer au travail en sécurité, vous devez demander à un médecin ou à une infirmière praticienne spécialisée de remplir le formulaire *Certificat visant le retrait préventif et l'affectation de la travailleuse enceinte ou qui allaite*.

Ce médecin ou cette infirmière praticienne spécialisée a l'obligation de consulter le médecin responsable des services de santé de l'établissement où vous travaillez ou, s'il n'y en a pas, le médecin désigné par le directeur de santé publique du territoire où se trouve votre lieu de travail. Le certificat n'est valide que si cette consultation a lieu. Vous n'avez rien à déboursier pour l'obtenir. Vous devez présenter ce certificat à votre employeur.

Si vous allaitez votre enfant et que vous désirez vous prévaloir du programme Pour une maternité sans danger, vous devez obtenir un nouveau certificat, même si vous avez bénéficié d'une affectation ou d'un retrait préventif pour grossesse. Toutefois, dans ce cas, seules des conditions pouvant nuire à la santé de votre enfant allaité peuvent être prises en considération.

Pour plus de renseignements, communiquez avec la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail.

Par Internet

cnesst.gouv.qc.ca

Par téléphone

Partout au Québec : 1 844 838-0808

Aide financière

Régime québécois d'assurance parentale

Services Québec

Si vous êtes **une travailleuse ou un travailleur salarié ou une travailleuse ou un travailleur autonome**

et que vous prenez un congé de maternité, un congé de paternité, un congé parental ou un congé d'adoption, vous pourriez bénéficier des prestations du Régime québécois d'assurance parentale (RQAP). Puisqu'il s'agit d'un régime de remplacement du revenu, vous devez avoir touché un revenu de travail pour y avoir droit.

Les prestations du RQAP peuvent atteindre jusqu'à 75 % de votre revenu hebdomadaire moyen, établi en fonction de votre revenu assurable. Ce dernier ne peut pas dépasser le revenu maximal assurable en vigueur à la date où les prestations débutent. Si votre revenu hebdomadaire moyen (RHM) est inférieur à l'équivalent d'une semaine de travail de 40 heures au taux général du salaire minimum, vous pourriez être admissible à une prestation majorée pouvant atteindre jusqu'à 85 % ou 100 % de votre RHM, selon votre choix de régime.

Pour connaître le revenu maximal assurable actuellement applicable ou pour en savoir plus sur le RQAP, consultez le site Internet rqap.gouv.qc.ca.

Conditions d'admissibilité

Pour être admissible au RQAP, vous devez remplir toutes les conditions suivantes :

- résider au Québec à la date de début de la période de prestations ;
- avoir payé ou devoir payer une cotisation au RQAP au cours de la période de référence, c'est-à-dire la période pendant laquelle vos revenus assurables sont pris en compte pour établir le montant de vos prestations ;
- avoir un revenu assurable d'au moins 2000 \$ au cours de la période de référence.

Si vous êtes **une travailleuse ou un travailleur salarié**, vous devez également :

- avoir cessé de travailler ou avoir connu une diminution d'au moins 40 % de votre revenu d'emploi (salaire) hebdomadaire habituel.



Régime québécois d'assurance parentale

En évolution avec les parents d'aujourd'hui!

**SAVIEZ-
VOUS
QUE...**

Pour recevoir des prestations du Régime québécois d'assurance parentale, chaque parent doit en faire la demande.

Vous pouvez remplir votre demande de prestations entièrement en ligne à l'adresse **rqap.gouv.qc.ca**.

Pour obtenir de l'aide, téléphonez au **1 888 610-7727**.

Votre
gouvernement

Québec



Si vous êtes **une travailleuse ou un travailleur autonome**, vous devez également :

- avoir résidé au Québec le 31 décembre de l'année précédant le début de la période de prestations ;
- avoir cessé les activités de votre entreprise ou avoir réduit d'au moins 40 % le temps consacré aux activités de votre entreprise.

Si vous êtes **une travailleuse ou un travailleur à la fois salarié et autonome**, vous devez également :

- avoir résidé au Québec le 31 décembre de l'année précédant le début de la période de prestations ;
- avoir cessé les activités de votre entreprise ou avoir réduit d'au moins 40 % le temps consacré aux activités de votre entreprise **et** avoir cessé de travailler ou avoir connu une diminution d'au moins 40 % de votre salaire hebdomadaire habituel.

Types de prestations

En vertu du RQAP, plusieurs types de prestations sont offerts.

Grossesse ou accouchement :

- des prestations de maternité destinées exclusivement à la mère à l'occasion de la grossesse ou de l'accouchement.

Naissance :

- des prestations de paternité destinées exclusivement au père ou à la conjointe de la mère qui a donné naissance, si elle est reconnue sur l'acte de naissance ;
- des prestations parentales partageables pouvant être reçues par l'un ou l'autre des parents ou partagées entre eux, simultanément ou successivement. Si les parents partagent un nombre suffisant de semaines de prestations parentales partageables, ils pourront être admissibles à des semaines de prestations partageables additionnelles ;
- des prestations parentales exclusives à chacun des parents lors de la naissance de plus d'un enfant à la suite d'une même grossesse ;
- des prestations parentales exclusives au seul parent mentionné à l'acte de naissance.

Adoption :

- des prestations partageables d'accueil et de soutien relatives à une adoption et pouvant être reçues par l'un ou l'autre des parents ou partagées entre eux, simultanément ou successivement ;

- des prestations d'adoption partageables pouvant être reçues par l'un ou l'autre des parents ou partagées entre eux, simultanément ou successivement. Si les parents partagent un nombre suffisant de semaines de prestations d'adoption partageables, ils pourront être admissibles à des semaines de prestations partageables additionnelles;
- des prestations d'adoption exclusives à chacun des parents;
- des prestations d'adoption exclusives lors d'une adoption de plus d'un enfant au même moment;
- des prestations d'adoption exclusives au parent adoptif qui accueille un enfant en vue d'une adoption dont il sera le seul parent au certificat de naissance ou de ce qui en tient lieu.

Pour connaître le nombre de semaines applicables par types de prestations, consultez le site Internet rqap.gouv.qc.ca.

Le paiement des prestations de maternité peut débuter 16 semaines avant celle prévue de l'accouchement. Il se termine au plus tard 20 semaines après la semaine de l'accouchement.

Le paiement des prestations de paternité, parentales, d'accueil et de soutien ou d'adoption peut débuter la semaine de l'accouchement ou de l'arrivée de l'enfant auprès d'un des parents en vue de son adoption. Il se termine au plus tard 78 semaines suivant celle de l'accouchement ou de l'arrivée de l'enfant auprès d'un des parents en vue de son adoption.

Dans le cas d'une adoption hors Québec, la période de prestations peut débuter 5 semaines avant celle de l'arrivée de l'enfant auprès d'un des parents en vue de son adoption.

Vous devez choisir entre deux régimes :

- le régime de base, qui permet un congé plus long durant lequel sont reçues des prestations moins élevées;
- le régime particulier, qui permet des prestations plus élevées échelonnées sur une période plus courte.

Le régime est déterminé par le parent dont la demande de prestations est reçue la première. Pour obtenir plus d'information sur les modalités applicables au choix du régime ou pour en savoir plus sur le RQAP, consultez le site Internet rqap.gouv.qc.ca.

Comment faire votre demande de prestations ?

Vous avez la possibilité de faire votre demande de prestations en ligne dans le site Internet du RQAP, à l'adresse rqap.gouv.qc.ca. Vous pouvez aussi remplir une demande de prestations avec l'aide d'un agent du Centre de service à la clientèle du RQAP, en composant le **1 888 610-7727**.

Pour plus de renseignements, visitez le site Internet ou composez le numéro de téléphone du RQAP.

Prestation spéciale de grossesse

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale

Si vous êtes enceinte et recevez une aide financière dans le cadre du Programme d'aide sociale, du Programme de solidarité sociale ou du Programme objectif emploi, vous pouvez recevoir une prestation spéciale de grossesse de 55 \$, qui s'ajoute à votre prestation mensuelle d'aide financière.

Cette somme, qui vous est versée chaque mois jusqu'à l'accouchement, vous aide à vous procurer les aliments qui favorisent une bonne santé pendant votre grossesse.

Pour obtenir cette prestation, vous devez fournir le plus rapidement possible, à un bureau de Services Québec, une attestation écrite signée par un médecin, une sage-femme ou une infirmière praticienne spécialisée, confirmant que vous êtes enceinte et précisant :

- le nom et la date de naissance de la personne prestataire ;
- le nombre de semaines de votre grossesse ;
- la date prévue de votre accouchement.

La prestation spéciale de grossesse peut également vous être versée si vous êtes un parent qui reçoit une aide financière dans le cadre des programmes d'aide sociale ou de solidarité sociale ou du Programme objectif emploi et que vous avez à charge une enfant enceinte.

Crédit d'impôt pour traitement de l'infertilité

Revenu Québec

Vous pouvez, à certaines conditions, demander le crédit d'impôt remboursable pour traitement de l'infertilité si vous avez payé des frais liés à une fécondation *in vitro*. Ce crédit d'impôt correspond à un pourcentage des frais admissibles payés par vous ou votre conjoint pendant l'année. Le pourcentage varie en fonction du revenu familial. Par ailleurs, les frais admissibles sont limités à 20 000 \$.

Pour bénéficier de ce crédit, vous devez joindre à votre déclaration de revenus du Québec le formulaire *Crédit d'impôt pour traitement de l'infertilité* (TP-1029.8.66.2).



Un crédit d'impôt remboursable est une somme qui peut vous être accordée même si vous n'avez pas d'impôt à payer. Le montant de ce crédit est généralement déterminé à l'aide de votre déclaration de revenus annuelle.

Vous pouvez par ailleurs recevoir par anticipation un versement du crédit d'impôt pour traitement de l'infertilité si vous remplissez certaines conditions.

Pour demander le versement anticipé du crédit, vous devez faire parvenir à Revenu Québec le formulaire *Crédit d'impôt pour traitement de l'infertilité – Demande de versement anticipé* (TP-1029.8.66.2A) correctement rempli, accompagné des documents requis.

Pour plus de renseignements sur ce crédit d'impôt, adressez-vous à Revenu Québec.

Par Internet

revenuquebec.ca

Par téléphone

Région de Québec: [418 659-6299](tel:418-659-6299)

Région de Montréal: [514 864-6299](tel:514-864-6299)

Ailleurs au Québec: [1 800 267-6299](tel:1-800-267-6299)

Par téléimprimeur (ATS)

Région de Montréal: [514 873-4455](tel:514-873-4455)

Ailleurs au Québec: [1 800 361-3795](tel:1-800-361-3795)

Aide financière aux études

Ministère de l'Enseignement supérieur

Dans le cadre du Programme de prêts et bourses, différentes mesures favorisant la conciliation études-famille ont été mises en place. Par exemple, dès que la mère a atteint la 20^e semaine de sa grossesse, des frais de subsistance pour un enfant lui sont reconnus dans le calcul du montant qui pourrait lui être accordé.

Si vous êtes un étudiant ou une étudiante à temps partiel et que vous assumez des responsabilités familiales, vous pourriez être admissible au Programme de prêts et bourses, normalement destiné aux personnes qui étudient à temps plein.

Par ailleurs, si vous interrompez vos études en raison d'une grossesse ou à la suite de la naissance ou de l'adoption d'un enfant, vous pourriez bénéficier d'une exemption temporaire du remboursement de votre dette d'études.

Pour en savoir davantage, communiquez avec l'Aide financière aux études ou consultez son site Internet.

Par Internet

Quebec.ca/aide-financiere-aux-etudes

Par téléphone

Région de Québec: [418 643-3750](tel:418-643-3750)

Région de Montréal: [514 864-3557](tel:514-864-3557)

Ailleurs au Québec: [1 877 643-3750](tel:1-877-643-3750)

Services de garde du Québec

Ministère de la Famille

Au Québec, l'offre de services de garde éducatifs à l'enfance est diversifiée et les normes applicables varient selon l'option retenue par les parents.

Services de garde reconnus

Certains services de garde sont reconnus en vertu de la *Loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance* (ci-après nommée *Loi*). Ils doivent :

- être titulaires d'un permis délivré par le ministère de la Famille ou avoir obtenu une reconnaissance d'un bureau coordonnateur de la garde en milieu familial ;
- se conformer à la *Loi* et à ses règlements ;
- appliquer un programme éducatif favorisant le développement des jeunes enfants sur tous les plans.

Les titulaires de permis sont inspectés par des membres du personnel du Ministère. Lorsqu'il s'agit de services de garde en milieu familial, ils font plutôt l'objet de visites de surveillance par des membres du personnel des bureaux coordonnateurs de la garde en milieu familial.

Services de garde non reconnus

Il existe un type de garde visée par la *Loi* (donc régie) mais non reconnue. Il s'agit de la garde fournie par une personne physique, qui doit respecter huit conditions dont celle de fournir ses services dans une résidence privée et celle de recevoir au plus six enfants. Dans la mesure où la personne respecte ces huit conditions, elle :

- n'a pas l'obligation d'être titulaire d'un permis délivré par le Ministère ou d'avoir obtenu une reconnaissance d'un bureau coordonnateur de la garde en milieu familial ;
- n'a pas l'obligation d'appliquer un programme éducatif ;
- ne fait pas l'objet d'inspections par le Ministère, sauf en cas de plainte concernant le respect des exigences auxquelles elle est soumise, ni ne fait l'objet de visites de surveillance par un bureau coordonnateur de la garde en milieu familial.

Le tableau suivant présente les caractéristiques des services de garde en installation. À la page 788, vous trouverez dans un deuxième tableau les caractéristiques des services de garde en milieu familial.

Installation (titulaire de permis)	Offre des places subventionnées	Service reconnu en vertu de la <i>Loi</i>	Tarification Outils de calcul proposés au budget.finances.gouv.qc.ca/Budget/outils/garde_fr.asp
Centre de la petite enfance (coopérative ou organisme à but non lucratif)	Oui	Oui	• Contribution de base quotidienne, déterminée par règlement, payable au service de garde
Garderie subventionnée (personne ou organisme, généralement à but lucratif)	Oui	Oui	
Garderie non subventionnée (personne ou organisme, généralement à but lucratif)	Non	Oui	• Tarification déterminée par le service de garde • Frais admissibles au crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants (voir page 803) • Possibilité d'obtenir des versements anticipés de ce crédit d'impôt sur une base mensuelle (voir page 803)

	Principales caractéristiques	Nombre d'enfants	Participation des parents
	• Locaux aménagés spécifiquement pour le service de garde • Enfants généralement regroupés par groupe d'âge • Présence de plusieurs éducatrices ou éducateurs	• 80 enfants au maximum • Des ratios d'enfants par éducatrice ou éducateur doivent être respectés en fonction de l'âge de ceux-ci	• Conseil d'administration formé d'une majorité de parents (centres de la petite enfance)
			• Comité consultatif de parents (garderies subventionnées et non subventionnées)

Milieu familial		Offre des places subventionnées	Service reconnu en vertu de la <i>Loi</i>	Tarification Outils de calcul proposés au budget . finances.gouv.qc.ca/Budget/outils/garde_fr.asp
Reconnu par un bureau coordonnateur	Responsable d'un service de garde en milieu familial subventionné	Oui	Oui	Contribution de base quotidienne, déterminée par règlement, payable au service de garde
	Responsable d'un service de garde en milieu familial non subventionné	Non	Oui	- Tarification déterminée par le service de garde - Frais admissibles au crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants (voir page 803) - Possibilité d'obtenir des versements anticipés de ce crédit d'impôt sur une base mensuelle (voir page 803)
Non reconnu par un bureau coordonnateur	Personne qui exploite un service de garde dans une résidence privée et qui respecte certaines conditions	Non	Non	

	Principales caractéristiques	Nombre d'enfants	Participation des parents
	• Travailleuse ou travailleur autonome • Résidence privée • Enfants dans des groupes multiâges • Présence d'une personne responsable et, parfois, d'une assistante ou d'un assistant	• Personne responsable non assistée par un autre adulte: 6 enfants au maximum, dont 2 poupons (enfants de moins de 18 mois) • Personne responsable assistée d'un autre adulte: 9 enfants au maximum, dont 4 poupons	• Conseil d'administration du bureau coordonnateur auquel peuvent siéger les parents
	• Travailleuse ou travailleur autonome • Enfants dans des groupes multiâges	• 6 enfants au maximum, dont 2 poupons (enfants de moins de 18 mois)	• Aucune participation requise

Services de garde non régis (non visés par la Loi)

Certaines organisations offrant des activités de garde sont totalement exclues de la *Loi* et ne sont donc soumises à **aucune norme** établie par celle-ci. Au nombre de ces organisations figurent, entre autres :

- les camps de jour;
- les organismes publics ou communautaires qui offrent des services de garde temporairement et de manière complémentaire ou accessoire à leurs activités principales, que ce soit dans le contexte de leur mission ou encore à l'occasion d'une intervention particulière auprès de parents ou d'enfants.

Services de garde illégaux

À moins d'être une organisation non régie ou d'être un service de garde régi mais non reconnu, il est illégal de fournir des services de garde à un enfant moyennant une contribution d'un de ses parents, sans avoir obtenu une reconnaissance d'un bureau coordonnateur de la garde en milieu familial ou un permis du ministère de la Famille.

Les parents qui doutent de la légalité d'un service de garde sont invités à communiquer avec la Direction de l'amélioration des services à la clientèle et de la gestion des plaintes du Ministère.

Par Internet

mfa.gouv.qc.ca

Par téléphone

Partout au Québec : 1 855 336-8568

Programme éducatif

Les services de garde éducatifs à l'enfance reconnus ont l'obligation d'appliquer un programme éducatif. Ce programme doit favoriser le développement des jeunes enfants sur tous les plans (physique et moteur, affectif, social, moral, langagier et cognitif). Il doit également favoriser, entre autres, la réussite éducative et amener les enfants à adopter de saines habitudes de vie ainsi qu'à s'adapter à la vie de groupe.

Le Ministère publie *Accueillir la petite enfance* afin d'inspirer les services de garde dans la conception de leur programme éducatif.

Pour tenir compte de la façon toute particulière dont les jeunes enfants se développent, les éducatrices, les éducateurs et les personnes responsables d'un service de garde en milieu familial reconnues sont invités à respecter leur rythme d'apprentissage, à mettre en valeur leurs jeux, à les accompagner dans l'exploration de leurs champs d'intérêt et à faire équipe avec leurs parents.

Ce faisant, les services de garde préparent les jeunes enfants à un parcours scolaire réussi en renforçant leur plaisir et leur capacité d'apprendre.

Recherche d'un service de garde

Les parents qui cherchent une place pour leur enfant dans un service de garde reconnu (centre de la petite enfance, garderie et service de garde en milieu familial) doivent s'inscrire à La Place 0-5, le guichet unique d'accès aux services de garde reconnus du Québec.

Par Internet

laplace0-5.com

mfa.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Montréal : 514 270-5055

Ailleurs au Québec : 1 844 270-5055

À la naissance

Aide financière

Allocation famille

Retraite Québec

L'Allocation famille est une aide financière qui comprend, en plus de l'Allocation famille proprement dite, le supplément pour l'achat de fournitures scolaires pour les enfants de 4 à 16 ans, le supplément pour enfant handicapé et le supplément pour enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels.

Versement de l'Allocation famille

Si votre enfant est né au Québec, vous n'avez pas de demande à faire pour recevoir l'Allocation famille. L'inscription de votre nouveau-né se fait de façon automatique dès que vous déclarez sa naissance au Directeur de l'état civil. Retraite Québec communiquera avec vous dans les semaines suivant la naissance de votre enfant.

Vous devez faire une demande à Retraite Québec si votre enfant est adopté ou s'il est né ailleurs qu'au Québec, bien que vous résidiez au Québec. Pour faire votre demande d'Allocation famille, accédez à *Mon dossier*. Il s'agit d'un moyen simple, rapide et sécuritaire. Vous pourrez choisir vos options afin de recevoir vos communications et vos documents uniquement en mode numérique et de façon personnalisée. Vous pourrez aussi y inscrire votre adresse courriel ou votre numéro de cellulaire pour recevoir des notifications lorsqu'un changement est apporté à votre dossier, par exemple, lors du dépôt d'un document ou du suivi d'une demande.

Il est aussi possible d'utiliser le service en ligne Demande d'Allocation famille sur le site Web de Retraite Québec. Enfin, si l'un de vous ne possède pas de numéro d'assurance sociale (NAS), vous devez télécharger le formulaire *Demande d'Allocation famille*, le remplir et le transmettre à Retraite Québec en utilisant le service en ligne Transmettre un document par Internet.

Comment votre montant est-il calculé?

Retraite Québec calcule chaque année le montant de l'Allocation famille auquel vous avez droit, en fonction des éléments suivants :

- le nombre d'enfants de moins de 18 ans qui résident avec vous au Québec;
- le nombre d'enfants dont vous avez la garde partagée;
- votre revenu familial, c'est-à-dire la somme de vos revenus nets (le vôtre et celui de votre conjoint ou conjointe, s'il y a lieu);
- votre situation conjugale (avec ou sans conjoint).

Pour que Retraite Québec puisse déterminer le montant auquel vous avez droit, vous et votre conjoint ou conjointe devez produire, tous les ans, une déclaration de revenus du Québec, même si l'un de vous n'a aucun revenu à déclarer.

À la suite de tout changement à votre situation familiale (changement concernant la garde d'un enfant) ou conjugale (avec ou sans conjoint), vous ou votre conjoint ou conjointe devez communiquer rapidement avec Retraite Québec. Selon les changements liés au temps de garde de vos enfants ou à votre situation conjugale, le montant de votre paiement d'Allocation famille devra être recalculé.

Supplément pour enfant handicapé

Une aide financière supplémentaire peut être versée aux parents d'un enfant de moins de 18 ans ayant une déficience physique ou un trouble des fonctions mentales qui le limite de façon importante dans la réalisation de ses habitudes de vie pendant une période prévisible d'au moins un an. Les habitudes de vie sont celles qu'un enfant doit réaliser, selon son âge, pour prendre soin de lui-même et participer à la vie sociale.

Pour avoir droit à cette aide financière, vous devez préalablement recevoir l'Allocation famille pour cet enfant.

Supplément pour enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels

Le supplément pour enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels peut être versé aux parents d'un enfant de moins de 18 ans qui présente des déficiences physiques ou un trouble des fonctions mentales qui entraînent des incapacités très importantes et multiples l'empêchant de réaliser ses habitudes de vie; **ou** dont l'état de santé nécessite des soins médicaux complexes à domicile pour lesquels le parent a reçu une formation dans un centre spécialisé. La durée prévisible des incapacités ou des soins doit être d'au moins un an. Selon la gravité de sa condition et son âge, l'enfant peut être admissible au palier 1 ou au palier 2 du supplément, le palier 1 accordant une somme plus élevée que celle versée pour le palier 2.

Pour avoir droit à cette aide financière, vous devez préalablement recevoir l'Allocation famille et le supplément pour enfant handicapé pour cet enfant.

Pour en savoir davantage sur l'Allocation famille et ses suppléments, consultez la rubrique Enfants dans le site Internet de Retraite Québec.

Par Internet

retraitequebec.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Québec: **418 643-3381**

Région de Montréal: **514 864-3873**

Ailleurs au Québec: **1 800 667-9625**

Prestations spéciales : allaitement et achat de préparations pour nourrissons

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale

Prestation spéciale d'allaitement

Si vous recevez une aide financière dans le cadre du Programme d'aide sociale, du Programme de solidarité sociale ou du Programme objectif emploi et que vous souhaitez allaiter votre bébé, vous pouvez recevoir une prestation spéciale.

Le montant de la prestation spéciale d'allaitement est de 55 \$ par mois pour chaque enfant à charge allaité de moins de 12 mois. Elle s'ajoute à votre prestation mensuelle d'aide financière. Pour demander cette prestation, vous devez, dès la naissance de l'enfant, fournir à un bureau de Services Québec l'attestation de naissance ainsi qu'une déclaration verbale ou écrite précisant la durée de l'allaitement.

Si vous cessez d'allaiter votre enfant, il est important d'en informer un bureau de Services Québec ou le Centre de communication avec la clientèle du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale.

Prestation spéciale pour l'achat de préparations pour nourrissons

Si vous recevez une aide financière dans le cadre des programmes d'aide sociale ou de solidarité sociale ou du Programme objectif emploi, vous pouvez acheter des préparations pour nourrissons à un prix inférieur au prix courant.

Si vous avez un enfant à charge de **moins de 9 mois**, vous pouvez lui acheter à moindre coût des préparations pour nourrissons de concentré liquide, des préparations pour nourrissons de concentré liquide à base de protéines de soya ou des préparations pour nourrissons de concentré liquide sans lactose.

Si votre enfant est âgé de **9 mois à moins de 12 mois** et souffre d'intolérance au lait de vache ou d'autres troubles particuliers, vous pouvez bénéficier de la prestation spéciale pour l'achat de préparations pour nourrissons à base de protéines de soya ou sans lactose. Vous devrez présenter un certificat médical ou une attestation médicale précisant le besoin.

Les préparations pour nourrissons doivent être achetées uniquement dans les pharmacies.

Pour demander la prestation spéciale pour l'achat de préparations pour nourrissons, vous devez, dès la naissance de l'enfant, fournir à un bureau de Services Québec son attestation de naissance et une déclaration confirmant le choix d'alimenter l'enfant avec une préparation pour nourrissons de concentré liquide. Vous obtiendrez un numéro d'autorisation vous permettant de recevoir l'aide nécessaire à l'achat de préparations.

Vous trouverez les coordonnées des bureaux de Services Québec ou du Centre de communication avec la clientèle du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale dans la section Nous joindre du site Quebec.ca.

Inscription et choix du nom de votre enfant

Inscription de la naissance de votre enfant au registre de l'état civil du Québec

Directeur de l'état civil

Vous devez déclarer la naissance de votre enfant au Directeur de l'état civil dans les 30 jours qui suivent l'accouchement. Une déclaration transmise après ce délai entraîne le paiement des frais exigibles.

Cette déclaration permet de dresser l'**acte de naissance** de votre enfant, un document important. En plus d'établir l'identité de votre enfant par son nom et ses prénoms, l'acte de naissance atteste sa filiation (les liens de parenté) et est reconnu comme preuve de citoyenneté.

Sans cet acte de naissance, vous ne pourrez pas obtenir, par exemple, une carte d'assurance maladie, un numéro d'assurance sociale (NAS) ou un passeport. L'acte permet aussi de prouver votre droit à des programmes gouvernementaux ou à des prestations sociales.

Constat de naissance

Le formulaire *Constat de naissance* est rempli et signé par le médecin ou la sage-femme qui assiste la mère lors de l'accouchement. Il précise la date, l'heure, le lieu de naissance et le sexe de l'enfant ainsi que le nom et l'adresse de la mère. Le personnel du centre hospitalier ou de la maison de naissance vous remet, comme parents, une copie du constat de naissance transmis au Directeur de l'état civil.

Déclaration de naissance

Les renseignements recueillis au moyen de la déclaration de naissance servent à l'inscription de votre enfant au registre de l'état civil du Québec et permettent d'établir légalement son identité et sa filiation. Vous devez vous assurer que les renseignements contenus dans le constat de naissance sont inscrits sur la déclaration de naissance et vous devez y ajouter, entre autres, le nom et les prénoms donnés à votre enfant, le type de votre union et vos adresses.

Si vous n'êtes pas mariés ou unis civilement au moment de la naissance (par exemple, vous êtes conjoints de fait), vous devez tous les deux remplir et signer la déclaration de naissance. Si vous êtes mariés ou unis civilement, il suffit qu'un seul d'entre vous remplisse et signe la déclaration.

Toutefois, afin d'établir la filiation de l'autre parent à l'égard de l'enfant, le parent déclarant la naissance doit inscrire les renseignements concernant celui-ci dans la déclaration. La déclaration de naissance, une fois signée et datée par le Directeur de l'état civil, devient l'acte officiel de naissance de votre enfant.

Deux options vous sont offertes pour déclarer la naissance de votre enfant, soit :

- le service en ligne Déclaration électronique de naissance ;
- le formulaire papier *Déclaration de naissance*.

La déclaration électronique de naissance présente de nombreux avantages. Elle est plus simple à remplir, diminue les risques d'erreur ou de perte de document, permet d'accélérer le traitement de votre demande et vous offre la possibilité de commander un certificat ou une copie d'acte de naissance à un tarif avantageux. Pour en savoir plus sur ce service, consultez le site Internet du Directeur de l'état civil à l'adresse dec.gouv.qc.ca/DeclarationNaissance.

Si vous choisissez de déclarer la naissance avec le formulaire papier, celui-ci vous sera remis par le personnel du centre hospitalier ou de la maison de naissance. Il est préférable de remettre au personnel, avant votre départ, la déclaration remplie et signée.

Simplifiez-vous la vie!

N'oubliez pas de remplir le formulaire *Demande d'accès simplifié aux programmes et services gouvernementaux relatifs à la naissance* afin d'accéder plus facilement aux divers programmes et services gouvernementaux qui vous sont offerts, en tant que parents d'un nouvel enfant. Celui-ci accompagne le formulaire papier *Déclaration de naissance* et est intégré dans le service en ligne.

Grâce à ce formulaire, le Directeur de l'état civil pourra transmettre les renseignements relatifs à la naissance de votre enfant aux organisations suivantes — ainsi, vous n'aurez pas à leur fournir de certificat de naissance comme preuve de sa naissance :

- Régie de l'assurance maladie du Québec;
- Retraite Québec (pour l'Allocation famille);
- ministère de l'Éducation (pour l'attribution d'un code permanent);
- ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale (pour le Régime québécois d'assurance parentale);
- Direction des affaires autochtones du ministère de la Santé et des Services sociaux;
- Agence du revenu du Canada;
- Service Canada;
- Services aux Autochtones Canada.

Confirmation de l'inscription

Le Directeur de l'état civil vous fera parvenir une lettre confirmant l'inscription de la naissance de votre enfant au registre de l'état civil du Québec. À la réception de cette lettre, vous devez vérifier si les renseignements qui y figurent sont conformes à ceux inscrits sur la déclaration de naissance. Le Directeur de l'état civil doit être informé le plus tôt possible de toute erreur s'y trouvant.

Obtention d'un certificat de naissance

Vous pouvez obtenir un certificat ou une copie d'acte de naissance au nom de votre enfant auprès du Directeur de l'état civil en procédant de l'une des façons suivantes :

- lors de la déclaration de la naissance de votre enfant, en utilisant le service en ligne Déclaration électronique de naissance;
- en utilisant le service en ligne DEClick;
- en remplissant le formulaire *Naissance – Demande de certificat ou de copie d'acte*, accessible dans le site Internet du Directeur de l'état civil ou dans ses bureaux de Québec et de Montréal ainsi que dans ceux de Services Québec offrant des services du Directeur de l'état civil.

Dans les cas où vous utiliserez les services en ligne du Directeur de l'état civil, vous obtiendrez vos documents à moindre coût tout en évitant les délais postaux.

Choix d'un prénom et d'un nom

Directeur de l'état civil

Vous avez le choix de donner à votre enfant un ou plusieurs prénoms ainsi qu'un nom de famille simple ou composé.

Il est recommandé de ne pas donner plus de quatre prénoms à votre enfant. Il faut prendre soin de **placer le prénom usuel** (celui qui est utilisé tous les jours) dans la case appropriée de la déclaration de naissance. Les deux parties d'un prénom composé sont préférablement jointes par un trait d'union. Le nom de famille de votre enfant peut être simple ou composé d'au plus deux parties qui proviennent des noms de famille des parents.

Pour plus de renseignements sur l'inscription de la naissance de votre enfant au registre de l'état civil du Québec ou sur le choix d'un prénom et d'un nom, communiquez avec le Directeur de l'état civil.

Par Internet

etatscivil.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Québec : [418 644-4545](tel:418-644-4545)

Région de Montréal : [514 644-4545](tel:514-644-4545)

Ailleurs au Québec : [1 877 644-4545](tel:1-877-644-4545)

Par téléimprimeur (ATS)

[1 800 361-9596](tel:1-800-361-9596)

À Québec

2535, boulevard Laurier
Québec (Québec) G1V 5C5

À Montréal

2050, rue De Bleury
Montréal (Québec) H3A 2J5
(Métro Place-des-Arts)

Carte d'assurance maladie et inscription à l'assurance médicaments

Régie de l'assurance maladie du Québec

Obtention de la carte d'assurance maladie

Lorsque la déclaration de naissance a été acheminée au Directeur de l'état civil, ce dernier transmet les renseignements pertinents à la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Si vous et l'autre parent êtes admissibles au régime d'assurance maladie au moment de la naissance, vous n'avez aucune démarche à effectuer auprès de la Régie pour obtenir la carte d'assurance maladie de votre enfant. Après vérification de l'admissibilité de votre enfant au régime d'assurance maladie, la Régie vous enverra sa première carte d'assurance maladie dans un délai de 10 jours ouvrables après la réception d'une demande complète.

Si votre enfant a moins de 1 an et qu'il n'a pas encore reçu sa carte d'assurance maladie, il peut tout de même bénéficier de soins de santé couverts par le régime. Toutefois, vous aurez probablement à fournir au médecin votre carte ou celle de l'autre parent.

Si vous et l'autre parent n'êtes pas admissibles au régime d'assurance maladie au moment de la naissance, la Régie communiquera avec vous par écrit pour vous demander de fournir les documents nécessaires à l'inscription de votre enfant. Cette correspondance sera accompagnée d'une attestation temporaire d'inscription valide pour une durée de 45 jours et équivalente à une carte d'assurance maladie. Cette attestation temporaire vous permettra d'obtenir des services de santé gratuitement pour votre enfant en attendant que son inscription soit complétée.

Enfant adopté ou né à l'extérieur du Québec

Pour inscrire un enfant adopté ou né hors du Québec au régime, communiquez avec la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Inscription au régime d'assurance médicaments

Une fois l'admissibilité de votre enfant au régime d'assurance maladie confirmée, vous devez vous assurer qu'il est couvert par un régime d'assurance médicaments. Si vous résidez au Québec de façon permanente et que vous ou l'autre parent êtes admissible à un régime privé d'assurance collective couvrant les médicaments, vous avez l'obligation d'en faire bénéficier votre enfant. Vous devez communiquer à cette fin avec votre assureur.

Toutefois, si vous et l'autre parent êtes inscrits au régime public d'assurance médicaments administré par la Régie, votre enfant sera automatiquement inscrit à ce régime.

Sauf exception, si vous séjournez temporairement au Québec, vous n'avez pas droit au régime public d'assurance médicaments, mais votre enfant y a droit. Il sera donc automatiquement inscrit au régime administré par la Régie. Si vous détenez une assurance collective couvrant les médicaments et que vous choisissez d'en faire bénéficier votre enfant, vous devrez communiquer avec la Régie pour mettre fin à son inscription.

Pour plus de renseignements, communiquez avec la Régie.

Par Internet

ramq.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Québec: **418 646-4636**

Région de Montréal: **514 864-3411**

Ailleurs au Québec: **1 800 561-9749**

Après la naissance

Aide financière

Subvention aux naissances multiples : triplés ou plus

Ministère de la Santé et des Services sociaux

Si vous avez donné naissance à des triplés ou plus, une aide financière est versée à votre famille. Cette somme vous permet de faire face à l'accroissement soudain et important des dépenses.

La subvention aux naissances multiples est versée en une seule fois, et seulement si au moins trois enfants sont vivants à la sortie de l'établissement. Elle est de 6 000 \$ pour des triplés. Un supplément de 2 000 \$ est accordé pour chaque enfant additionnel. Le chèque est émis au nom de la mère.

En cas de décès ou d'incapacité de la mère, la subvention est versée au père ou à la personne ayant la garde des enfants. La somme reçue n'est pas imposable. Elle peut toutefois être réduite si la personne bénéficiaire doit une somme au gouvernement du Québec.

Vous n'avez pas de démarche particulière à faire pour recevoir cette aide. Après s'être assuré au préalable que la mère a le statut de résidente du Québec et un numéro d'assurance maladie du Québec valide, le centre hospitalier où les naissances ont eu lieu transmet les renseignements requis au ministère de la Santé et des Services sociaux à l'aide du formulaire prévu à cette fin, dès que les enfants ont quitté l'établissement.

L'aide financière vous parviendra environ deux mois plus tard. En cas de retard, vous devez vérifier auprès du centre hospitalier que les renseignements ont bien été transmis au Ministère.

Pour plus de renseignements, communiquez avec Services Québec.

Par Internet Quebec.ca

Par téléphone

Région de Québec: [418 644-4545](tel:418-644-4545)

Région de Montréal: [514 644-4545](tel:514-644-4545)

Ailleurs au Québec: [1 877 644-4545](tel:1-877-644-4545)

Par téléimprimeur (ATS)

[1 800 361-9596](tel:1-800-361-9596)

Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants

Revenu Québec

À certaines conditions, les frais de garde que vous payez peuvent être remboursés en partie par le crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants. Toutefois, certains frais de garde ne sont pas admissibles, notamment ceux que vous payez pour une place à contribution réduite en service de garde ou en milieu scolaire.

Pour bénéficier de ce crédit, vous devez joindre à votre déclaration de revenus l'annexe C, *Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants*, ainsi que les documents requis.

Vous pouvez également recevoir par versements anticipés le crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants, si vous remplissez certaines conditions. Les versements sont effectués tous les mois, par dépôt direct, au plus tard le 15^e jour du mois.

Pour recevoir les versements anticipés du crédit, vous devez faire parvenir à Revenu Québec le formulaire *Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants – Demande de versements anticipés* (TPZ-1029.8.F) correctement rempli ou utiliser le service en ligne proposé dans le site Internet de Revenu Québec.

Pour plus de renseignements sur le crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants, adressez-vous à Revenu Québec.

Par Internet

revenuquebec.ca

Par téléphone

Région de Québec: [418 266-1016](tel:418-266-1016)

Région de Montréal: [514 940-1481](tel:514-940-1481)

Ailleurs au Québec: [1 855 291-6467](tel:1-855-291-6467)

Filiation, droits et obligations des parents

Filiation

Ministère de la Justice

La filiation est le lien qui existe entre un enfant et ses parents, que ceux-ci soient de sexe différent ou de même sexe. Ce lien peut être établi par le sang, par procréation assistée ou par un jugement d'adoption. La filiation confère des droits et des obligations à l'enfant et aux parents, quelles que soient les circonstances de la naissance de l'enfant.

Généralement, vous établissez cette filiation lors de la naissance de l'enfant en remplissant et en signant le formulaire papier *Déclaration de naissance* du Directeur de l'état civil, sur lequel sont notamment inscrits vos noms et celui de votre nouveau-né. Il est important de remplir attentivement cette déclaration en fournissant avec précision les renseignements demandés.

En effet, toute naissance qui a lieu au Québec doit être déclarée au Directeur de l'état civil dans les 30 jours suivant la naissance pour inscription au registre de l'état civil du Québec.

Si vous êtes mariés ou unis civilement, il suffit que l'un de vous remplisse et signe le document pour établir la filiation de chacun de vous à l'égard de votre enfant. La date de votre mariage ou de votre union civile doit être mentionnée.

Toutefois, si vous n'êtes pas mariés ou unis civilement, vous devez tous les deux signer la déclaration pour établir la filiation de chacun de vous avec l'enfant.

Pour plus d'information, consultez la rubrique [Inscription de la naissance de votre enfant au registre de l'état civil du Québec](#), à la page 796.

Droits et obligations des parents

Ministère de la Justice

Que vous soyez mariés, unis civilement, conjoints de fait ou séparés, vous avez le droit et le devoir de garder votre enfant, de le surveiller, de l'éduquer et de veiller à sa sécurité et à sa santé. Vous avez aussi l'obligation de le nourrir et de l'entretenir.

Vous êtes également les tuteurs légaux de votre enfant de moins de 18 ans et devez ainsi le représenter dans l'exercice de ses droits civils et administrer son patrimoine, dont ses biens.

Pour plus de renseignements sur vos droits et obligations comme parents, communiquez avec le ministère de la Justice.

Par Internet

justice.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Québec: **418 643-5140**

Ailleurs au Québec: **1 866 536-5140**

Désignation d'un tuteur pour un enfant mineur

Curateur public du Québec

Dans le cas où l'un des parents décède ou devient inapte, l'autre parent demeure le tuteur légal de l'enfant. Si les deux parents décèdent ou sont déclarés inaptes, l'enfant devra être confié à un tuteur datif qui assumera notamment la gestion des biens.

Il vous est donc conseillé de désigner, dans un testament, dans un mandat de protection ou dans une déclaration de tutelle dative, une personne qui pourrait devenir le tuteur de votre enfant. Un formulaire de déclaration de tutelle dative est accessible dans le site Internet du Curateur public du Québec.

S'il est impossible pour le père ou la mère d'un enfant mineur d'exercer pleinement ses responsabilités de tuteur légal, il est possible qu'il ou elle désigne parmi les membres de la famille élargie de l'enfant un tuteur à qui déléguer ou avec qui partager ses responsabilités. Il s'agira alors d'un tuteur supplétif.

Enfant mineur possédant un patrimoine

Curateur public du Québec

Si votre enfant de moins de 18 ans possède des biens et des avoirs, en tant que tuteurs légaux, vous êtes considérés comme les administrateurs de ce patrimoine. Vous avez donc l'obligation de maintenir la valeur de ses acquis (héritage, assurance vie, indemnité reçue ou tout autre bien matériel) afin de les lui remettre quand il sera devenu majeur.

Si la valeur des biens de l'enfant dont vous êtes le parent ou le tuteur supplétif dépasse 25 000 \$, vous devez en informer le Curateur public du Québec. Lors de l'entrée en vigueur de la loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité, ce montant passera à 40 000 \$. Vous trouverez plus de détails dans le site Internet du Curateur public du Québec. Si les deux parents sont décédés ou inaptes et que vous êtes un tuteur datif, vous devez rendre des comptes au Curateur public quant à votre gestion, quelle que soit la valeur des biens et des avoirs de l'enfant.

Pour obtenir tous les détails sur l'administration du patrimoine d'un enfant, communiquez avec le Curateur public du Québec.

Par Internet

curateur.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Montréal : **514 873-4074**

Ailleurs au Québec : **1 844 LECURATEUR (1 844 532-8728)**

Campagne Mon arbre à moi

Ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs

La campagne Mon arbre à moi permet à tout enfant qui naît ou qui est adopté dans l'année en cours de recevoir un petit plant d'arbre qui grandira avec lui.

Pour recevoir un plant d'arbre, vous devez inscrire votre enfant sur le site Web du ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs. L'inscription doit être faite au plus tard le 15 avril de l'année en cours. Pour toute inscription subséquente, le plant sera remis l'année suivante.

La distribution dans les diverses régions du Québec se fait annuellement en mai, lors du Mois de l'arbre et des forêts. Les parents sont alors avisés, par courriel, quelques jours avant l'événement, de la procédure à suivre pour recevoir le plant.

Pour plus de renseignements sur cette campagne, communiquez avec le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs.

Par Internet

mffp.gouv.qc.ca/les-forets/mois-de-larbre-forets/mon-arbre-a-moi

Par courriel

MAF@mffp.gouv.qc.ca

Par téléphone

Partout au Québec: **1 844 LAFORET (1 844 523-6738)**

Adoption

L'adoption comporte des démarches différentes selon qu'elle a lieu au Québec ou hors du Québec et des règles particulières s'appliquent en fonction des types d'adoption. Les coordonnées des organismes concernés vous sont données afin de vous permettre d'obtenir tous les détails à ce sujet.

De façon générale, il y a quatre types d'adoption :

- **Adoption régulière :** adoption d'un enfant dont les parents biologiques ont remis volontairement à un directeur de la protection de la jeunesse un consentement rendant leur enfant adoptable ;
- **Adoption par le programme Banque mixte :** adoption d'un enfant à risque d'abandon parce que ses parents biologiques sont aux prises avec des difficultés personnelles qui les empêchent d'assumer les soins, l'entretien et l'éducation de cet enfant. Il est d'abord placé dans une famille d'accueil ouverte à la perspective d'une adoption par la suite, d'où le nom de Banque mixte ;

- **Adoption par consentement spécial :** adoption qui permet à un des parents ou aux parents d'un enfant mineur de préciser par quelle personne ou par quel couple ils consentent à ce que leur enfant soit adopté. En vertu de l'article 555 du *Code civil du Québec*, il doit s'agir d'un ou de membres de la famille, par exemple le conjoint d'un des parents de l'enfant, un grand-parent, un oncle ou une tante ou encore un frère ou une sœur de l'enfant ;
- **Adoption internationale :** adoption d'un enfant domicilié hors du Québec.

Pour en savoir davantage sur l'**adoption régulière** et le **programme Banque mixte**, communiquez avec le centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) ou le centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de votre région.

Vous pouvez trouver l'adresse et le numéro de téléphone de votre CISSS ou de votre CIUSSS à l'adresse Quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/cisss-et-ciusss/.

Pour plus de renseignements sur l'adoption par un membre de la famille ou un conjoint, adressez-vous au ministère de la Justice.

Par Internet

justice.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Québec: [418 643-5140](tel:418-643-5140)

Ailleurs au Québec: [1 866 536-5140](tel:1-866-536-5140)

Pour connaître toutes les démarches à faire dans le cas d'une adoption internationale, communiquez avec le Secrétariat à l'adoption internationale.

Par Internet

adoption.gouv.qc.ca

Par courriel

adoption.quebec@msss.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Montréal: [514 873-5226](tel:514-873-5226)

Ailleurs au Québec: [1 800 561-0246](tel:1-800-561-0246)

Crédit d'impôt pour frais d'adoption

Revenu Québec

Si vous avez engagé des frais pour adopter votre enfant, vous pouvez, à certaines conditions, demander un crédit d'impôt remboursable pour frais d'adoption. Si vous adoptez plus d'un enfant, vous pouvez demander le crédit d'impôt pour chacun des enfants.

Ce crédit d'impôt remboursable équivaut à 50 % des frais d'adoption admissibles. Il ne peut toutefois pas dépasser 10 000 \$ pour chaque enfant.

Pour bénéficier de ce crédit, vous devez joindre à votre déclaration de revenus du Québec le formulaire *Crédit d'impôt pour frais d'adoption* (TP-1029.8.63). Conservez vos pièces justificatives pour les fournir au besoin.

Pour plus de renseignements sur ce crédit d'impôt, adressez-vous à Revenu Québec.

Par Internet

revenuquebec.ca

Par téléphone

Région de Québec: [418 659-6299](tel:418-659-6299)

Région de Montréal: [514 864-6299](tel:514-864-6299)

Ailleurs au Québec: [1 800 267-6299](tel:1-800-267-6299)

Par téléimprimeur (ATS)

Région de Montréal: [514 873-4455](tel:514-873-4455)

Ailleurs au Québec: [1 800 361-3795](tel:1-800-361-3795)

Programmes et services du gouvernement du Canada

À l'occasion de la naissance ou de l'adoption d'un enfant, vous devrez effectuer des démarches auprès des ministères et organismes du gouvernement du Canada.

Ainsi, vous aurez notamment à fournir des informations à l'Agence du revenu du Canada pour demander des prestations; vous aurez aussi peut-être droit à une déduction pour frais de garde d'enfants au moment de produire votre déclaration de revenus.

Si vous désirez obtenir un passeport pour votre enfant, c'est auprès d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada que vous aurez à faire une demande.

Pour obtenir toutes les informations concernant les programmes et services du gouvernement du Canada et les coordonnées des ministères et organismes concernés, adressez-vous à Service Canada.

Par Internet

Canada.ca

Par téléphone

Partout au Québec: [1 800 622-6232](tel:1-800-622-6232)

Par téléimprimeur (ATS)

[1 800 926-9105](tel:1-800-926-9105)

En personne

À un bureau de Service Canada près de chez vous.

Services Québec

Pour tout renseignement sur les programmes et les services gouvernementaux qui vous sont offerts par le gouvernement du Québec, il vous suffit de visiter Services Québec à l'adresse [Québec.ca/services-quebec](https://quebec.ca/services-quebec) ou de composer le [418 644-4545](tel:18776444545) (région de Québec), le [514 644-4545](tel:5146444545) (région de Montréal) ou le [1 877 644-4545](tel:18776444545) (ailleurs au Québec).

Note

Le contenu du chapitre «Devenir parent : programmes et services gouvernementaux» était à jour le 4 octobre 2021. Des changements concernant les noms de ministères ou de programmes et services mentionnés dans ce chapitre pourraient avoir eu lieu en cours d'année.

Les renseignements fournis dans le chapitre «Devenir parent : programmes et services gouvernementaux» n'ont pas de valeur légale ou juridique.

Québec.ca

En attendant bébé...

Consultez le guide *Devenir parent*, à l'adresse [Québec.ca/parent](https://quebec.ca/parent).

Vous y trouverez plus d'information sur les programmes et services gouvernementaux offerts aux futurs... et aux nouveaux parents!

Votre
gouvernement

Québec

Ressources pour les parents

Ressources d'aide téléphonique 813

Associations, organismes et groupes de soutien..... 814



Solange Lambert

Ressources d'aide téléphonique

211 : Ressources sociales et communautaires

211

211qc.ca

Service multilingue qui répertorie et dirige vers les ressources sociocommunautaires dans les régions du Québec.

Centre antipoison du Québec

1 800 463-5060

ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/nos-services/en-cas-durgence/centre-antipoison-du-quebec

Explications sur ce qu'il faut faire en cas d'empoisonnement et dépliants à télécharger.

Info-Santé / Info-Social

Partout au Québec à l'exception de certaines régions éloignées.

811

sante.gouv.qc.ca/systeme-sante-en-bref/info-sante-8-1-1

Conseils santé et d'ordre psychosocial donnés par un infirmier ou une infirmière 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

LigneParents

1 800 361-5085

ligneparents.com

Soutien téléphonique pour parents d'enfants de 0-20 ans, 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Première ressource, aide aux parents

514 525-2573 / 1 866 329-4223

premiereressource.com

Service de consultation professionnelle gratuit pour les parents d'enfants de 0-18 ans, par téléphone, clavardage ou courriel.

S.O.S. Grossesse

418 682-6222 / 1 877 662-9666

sosgrossesse.ca

Service d'écoute téléphonique, d'accueil et d'information pour toute question touchant la grossesse, la contraception et la sexualité.

SOS Violence conjugale

514 873-9010 / 1 800 363-9010 / 438 601-1211 (texto)

sosviolenceconjugale.ca

Service téléphonique bilingue et accessible 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Associations, organismes et groupes de soutien

Allergies Québec

514 990-2575 / 1 800 990-2575

allergies-alimentaires.org

Information, soutien, éducation et formation sur les allergies alimentaires. Section du site Web dédiée aux nouveau-nés.

Allergies alimentaires Canada

416 785-5666 / 1 866 785-5660

allergiesalimentairescanada.ca

Information et soutien pour les familles vivant avec des allergies alimentaires.

Ambulance Saint-Jean

1 800 706-6660

sja.ca

Organisme de formation en secourisme, offrant une formation en premiers soins adaptée à la petite enfance.

Association de parents de jumeaux et de triplés de la région de Montréal (APJTM)

514 990-6165

apjtm.com

Organisme venant en aide aux familles de la région de Montréal ayant vécu une naissance multiple.

Association de parents pour l'adoption québécoise

514 990-9144 / 1 844 990-9144

apaq.adoption-quebec.ca

Promouvoir l'adoption d'enfants nés au Québec. Soutien, conférences et activités familiales.

Association québécoise des consultantes en lactation diplômées de l'IBLCE

514 990-0262

ibclc.qc.ca

Pour obtenir la liste des consultantes en allaitement (sur le site Web seulement).

Avant tout les enfants

514 593-4303 / 1 800 361-8453

avanttoutlesenfants.ca

Organisme offrant toute une gamme de services dont une ligne d'écoute téléphonique, des conseils juridiques professionnels, une banque de données contenant plus de 2 000 ressources communautaires et des sessions d'information.

Banques alimentaires du Québec

banquesalimentaires.org

Répertoire des organismes d'aide alimentaire à travers le Québec.

CAA Québec – Sièges d'auto pour enfants

caaquebec.com/fr/sur-la-route/services/sieges-dauto-pour-enfants

Site qui donne des conseils sur l'installation sécuritaire des sièges d'auto pour enfants.

Centre de soutien au deuil périnatal du Centre d'études et de recherche en intervention familiale (CERIF-deuil)

1 800 567-1283, poste 2387

cerif.uqo.ca/fr/au-coeur-des-familles/deuil

Soutien offert aux parents et aux intervenants touchés par le deuil périnatal.

Centre québécois de ressources à la petite enfance

450 376-3702 / 514 369-0234 / 1 877 369-0234

cqrpe.qc.ca

Nombreux renseignements sur les groupes d'entraide, les associations du domaine de la santé, les livres suggérés pour les parents, les sites Web pour les parents, etc.

Clinique Parents Plus

du Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

514 527-4527

luciebruneau.qc.ca

Clinique spécialisée du réseau de la santé pour parents avec limitations physiques. Évaluation et banque d'équipements adaptés pour favoriser l'autonomie dans les soins à donner au bébé.

Coalition des associations de consommateurs du Québec

514 362-8623 / 1 877 962-2227

consommateur.qc.ca

Portail qui rassemble toute une gamme d'informations et d'outils en finances personnelles.

Coalition des familles LGBT

514 878-7600

famillesLGBT.org

Organisme voué à la reconnaissance légale et sociale des familles LGBT. Groupe de parents lesbiens, gais, bisexuels et transgenres qui échange de l'information et des ressources et s'amuse avec leurs enfants.

Croix-Rouge canadienne

1 800 363-7305

croixrouge.ca

Information sur le cours sur la prévention et les premiers soins pour les parents de jeunes enfants ainsi que sur le cours de gardiens avertis.

CRP Les Relevailles de Montréal

514 640-6741

relevailles.com

Soutien téléphonique, cours, rencontres, aide à domicile, formation de portage et références.

Diabète Québec

514 259-3422

diabete.qc.ca

Organisme provincial qui répond aux questions sur le diabète.

Drogue: aide et référence

514 527-2626 / 1 800 265-2626

drogue-aidereference.qc.ca

Soutien, information et référence aux personnes concernées par la toxicomanie, et ce, à travers tout le Québec.

Éditions du CHU Sainte-Justine

editions-chu-sainte-justine.org

Liste des ouvrages édités par l'hôpital portant sur l'enfance et la famille. On peut les commander à partir du site Web.

Family Service Canada

familyservicecanada.org

Organisme de soutien aux organisations qui offrent des services aux familles (en anglais seulement).

Fédération canadienne des services de garde à l'enfance

613 729-5289 / 1 800 858-1412

cccf-fcsge.ca

Idées sur une foule de sujets d'intérêt pour les familles (sorties, activités, soins, trucs, etc.).

Fédération des associations de familles monoparentales et recomposées du Québec

514 729-6666

fafmrq.org

Organisme de défense des droits et des intérêts des familles monoparentales et recomposées du Québec.

Fédération du Québec pour le planning des naissances

514 866-3721

fqpn.qc.ca

Information sur la contraception et la santé sexuelle des femmes.

Fédération québécoise des organismes communautaires Famille

450 466-2538 / 1 866 982-9990

fqocf.org

Regrouper et soutenir les organismes communautaires « Famille » et contribuer à assurer la place de la famille dans la société québécoise.

Fondation du Dr Julien

514 527-3777

fondationdrjulien.org

Centres de pédiatrie sociale en communauté qui assurent un soutien, des soins et services de médecine globale aux enfants et familles à risque ou en situation de vulnérabilité.

Fondation Olo

fondationolo.ca

Aide alimentaire aux femmes enceintes ayant un faible revenu.

Fondation Portraits d'Étincelles

1 877 346-9940

portraitsdetincelles.com

Service gratuit de photographies ou de retouche photo de bébés décédés avant ou à la naissance.

Immunisation Canada

613 725-3769, poste 122

immunize.ca/fr

Explications sur les vaccins, calendrier de vaccination, questions et réponses, ressources, etc.

L'accompagnateur

laccompagnateur.org

Site développé par des parents d'enfants handicapés dans le but de venir en aide à d'autres parents vivant la même situation.

Le sexe et moi

sexandu.ca/fr

Questions entourant la sexualité qui se trouvent au cœur des préoccupations de la population.

Ligne j'Arrête

1 866 527-7383

quebecsanstabac.ca/jarrete

Information et soutien à l'arrêt tabagique.

LigneParents

1 800 361-5085

ligneparents.com

Service gratuit d'écoute-conseil, accessible partout au Québec.

Ligue La Leche

1 866 255-2483

allaitement.ca

Soutien téléphonique par des monitrices reconnues.

Vente de livres et accessoires d'allaitement.

Meilleur Départ

fr.meilleurdepart.org

Centre de ressources sur la santé des mères et des nourrissons et sur le développement du jeune enfant.

Mouvement allaitement du Québec

allaiterauquebec.org

Soutien à l'allaitement dans un contexte orienté davantage sur les environnements que sur les individus.

Naître et grandir

naitreetgrandir.com

Site sur le développement et la santé des enfants.

Nourri-Source

514 948-9877 / 1 866 948-5160

nourri-source.org

Soutien téléphonique par jumelage avec une marraine d'allaitement; les demandes de jumelage peuvent être faites par téléphone. Pour les autres activités en lien avec l'allaitement, consultez le site Web.

Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec

514 282-9123 / 1 888 232-9123

ooaq.qc.ca

Répertoire complet des orthophonistes et des audiologistes au Québec.

Parachute

1 888 537-7777

parachute.ca/fr

Parachute désire aider les Canadiens à réduire leurs risques de blessures tout en profitant au maximum d'une longue vie, bien remplie (service téléphonique en anglais seulement).

Parents Orphelins, l'Association québécoise des parents vivant un deuil périnatal

514 686-4880 / 1 844 338-4522

parentsorphelins.org

Regroupement et services complémentaires pour les parents ayant perdu un bébé en cours de grossesse. Cafés-causeries, ligne d'écoute, activités ponctuelles, Marche lumineuse annuelle et ressources externes.

Préma-Québec

450 651-4909 / 1 888 651-4909

premaquebec.ca

Association québécoise pour les enfants prématurés.

Regroupement des cuisines collectives du Québec

1 866 529-3448

rccq.org*Pour trouver la cuisine collective la plus près de chez vous.***Relevailles Québec**

418 688-3301

relevaillesquebec.com*Aide à domicile, groupe d'entraide en dépression post-partum, café-rencontres, massage bébé, soutien.***RePère**

514 381-3511

repere.org*Programme d'aide et de soutien pour les pères.***Réseau des Centres de ressources périnatales**

418 336-3316

rcrpq.com*Site Web pour connaître le CRP de votre région afin d'obtenir des services tels que: cours prénatals, accompagnement à la naissance, relevailles, soutien à l'allaitement et ateliers variés.***Réseau québécois d'accompagnantes à la naissance**naissance.ca*Centre d'information et de référence ayant pour but de faire connaître les services de ses membres au public.***Seréna**

514 273-7531 / 1 866 273-7362

serena.ca*Organisme de promotion des méthodes de planification naturelle des naissances.***Sexplique**

418 624-6808

sexplique.org*Service d'information en contraception et sexualité de Québec.***Société canadienne de pédiatrie –****Soins de nos enfants**

613 526-9397

soinsdenosenfants.cps.ca*Information sur la santé des enfants donnée par des pédiatres canadiens.*

Société de sauvetage

514 252-3100 / 1 800 265-3093

sauvetage.qc.ca / baignadeparfaite.com

Organisme provincial dédié à la prévention des noyades et traumatismes associés à l'eau notamment par le biais de services conseils gratuits sur l'aménagement sécuritaire d'une piscine résidentielle. La Société offre aussi une gamme complète de formations en premiers soins, sauvetage, réanimation et navigation de plaisance.

The Health of Canada's Children and Youth

cichprofile.ca/fr

Organisme voué à la santé infantile et familiale, offrant de nombreuses publications et ressources à l'intention des parents.

Union des consommateurs du Québec

514 521-6820 / 1 888 521-6820

uniondesconsommateurs.ca

Associations de consommateurs au Québec qui peuvent vous offrir des services gratuits de consultation budgétaire.

Les adresses, noms d'organismes ou documents mentionnés dans ce chapitre ont retenu l'attention des auteurs en raison de leur pertinence pour les lecteurs de ce guide. Toutefois, il ne s'agit nullement d'une liste exhaustive et les contenus qui y sont développés n'engagent ni la responsabilité des auteurs ni celle de l'Institut national de santé publique du Québec.

A

- Abcès au sein, 494
- Accompagnantes à la naissance, 120, 210
- Accouchement, 205, 217
 - Accouchement vaginal après une césarienne (AVAC), 188
 - Accouchement à domicile, 119
 - Bain, 211, 218
 - Ballon, 211, 214
 - Césarienne, 235
 - Contractions, 156-157, 205, 206, 208, 218
 - Début (reconnaître le travail), 205
 - Déclenchement artificiel (induction), 227
 - Descente du bébé, 219
 - Dilatation du col de l'utérus (ouverture), 217, 228
 - Douleur, 195, 209, 218
 - Effacement du col de l'utérus, 217
 - Environnement favorable, 210
 - Épisiotomie, 235
 - Être accompagnée, 210
 - Expulsion du placenta, 223
 - Faux travail, 218
 - Massage, 212
 - Médicaments contre la douleur, 232
 - Méthodes pour apprivoiser la douleur, 211, 213
 - Moment de se rendre au lieu de naissance, 208
 - Monitoring fœtal électronique, 229, 231
 - Naissance du bébé, 219, 222
 - Péridurale (épidurale), 232

- Périnée, 220
- Phase de latence (de début), 218
- Phase de travail actif, 218
- Positions pendant le travail, 214, 215
- Positions pour pousser, 220, 221
- Poussées, 219
- Stades du travail, 217
- Stimulation du travail, 229
- Travail prématuré, 156
- Acétaminophène
 - Enfant, 649, 650
 - Femme enceinte, 154, 155
 - Mère qui allaite, 393
- Acide folique pendant la grossesse, 77, 92, 93
- Acné
 - Femme enceinte, 42
- Acrochordons chez la femme enceinte, 42
- Acte de naissance, 796
- Activité physique
 - Femme enceinte, 60-63, 148
 - Mère après l'accouchement, 258
- Activités familiales, 762
- Activités prénatales, 123
- Acupression, 14, 141, 212
- Adaptation de l'enfant (problème), 282, 769
- Adoption, 808
- Advil (voir ibuprofène)
- Age corrigé de l'enfant prématuré, 333
- Aide
 - Allaitement, 122, 180-183, 416, 446
 - Famille, 768, 813
 - Grossesse, 120, 121, 198

- Aide financière, 116, 122, 765, 772, 778, 792, 802
 - Aide accordée à des parents de triplés ou de quadruplés, 802
 - Allocation familiale, 792
 - Crédit d'impôt pour frais d'adoption, 809
 - Crédit d'impôt pour traitement de l'infertilité, 782
 - Crédit d'impôt remboursable pour frais de garde d'enfants, 803
 - Prestations canadiennes pour enfant, 810
 - Prestation spéciale de grossesse, 781
 - Prestations spéciales d'allaitement et de soutien à l'achat de préparations lactées, 795
 - Programme Pour une maternité sans danger, 777
 - Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), 163, 253, 778
 - Supplément pour enfant handicapé, 793
- Aide-mémoire pour les mères qui allaitent, 433
- Aîné (réaction à la venue d'un autre enfant), 54, 750
- Alcool
 - Femme enceinte, 64, 66, 69
 - Mère qui allaite, 390
- Alimentation
 - Enfant, 365
 - Femme enceinte, 76
 - Mère qui allaite, 388
- Aliments (complémentaires ou solides), 518
 - Âge d'introduction, 519
 - Autonomie, 528

- Enfant prématuré, 521
- Ordre d'introduction, 518, 522, 540, 541
- Portions, 524, 567
- Premier repas, 528
- Premiers aliments, 522, 540, 542, 545
- Prévention des étouffements, 530
- Purées, 533
- Refus de manger, 524, 529
- Signes que bébé est prêt, 520, 529
- Texture, 518, 526, 528, 532
- Aliments riches en fer
 - Enfant, 540, 542, 545, 546, 548, 581
 - Femme enceinte, 88, 94
- Aliments à grains entiers
 - Enfant, 520, 542, 544, 560
 - Femme enceinte, 81, 84
- Aliments protéinés
 - Enfant, 540, 545, 548, 549, 557, 560, 561
 - Femme enceinte, 81, 85
- Allaitement (voir aussi lait maternel et seins), 414
 - À la demande, 177
 - Abcès, 494
 - Accessoires, 178
 - Acétaminophène (Tyléno), 393
 - Aide, 122, 180-183, 416, 446
 - Aide financière, 795
 - Alcool, 390
 - Alimentation de la mère, 388
 - Allaiter en public, 441
 - Allaiter pour calmer l'enfant, 436
 - Allergies alimentaires, 571
 - Alternance entre sein et biberon, 177, 462
 - Ampoule de lait, 487
 - Apprentissage, 173
 - Arrêt (sevrage), 466
 - Bébé qui dort, 368, 438, 471
 - Cannabis (marijuana), 392
 - Césarienne, 444
 - Chirurgie mammaire, 451
 - Colostrum, 44, 174, 385, 435, 452
 - Composition, 175, 387
 - Compresses d'allaitement, 178, 419, 482
 - Contraception, 264-268
 - Contractions après l'accouchement, 255, 421
 - Décision, 171
 - Démarrage (mise en place), 174
 - Difficultés, 468-495
 - Douleurs, 418, 428, 483, 490
 - Drogues, 392
 - Écoulement de lait, 44, 386, 435, 452, 482
 - Engorgement, 466, 492, 494
 - Expression du lait, 452-455
 - Gerçures et crevasses, 484
 - Horaire des boires, 368, 432
 - Hospitalisation, 249
 - Ibuprofène (Advil, Motrin), 393
 - Jumeaux, 449
 - Mamelons, 418, 428, 468, 483, 490
 - Manque de lait, 479-481
 - Mastite, 466, 494
 - Médicaments, 172, 393
 - Mise au sein, 426
 - Mixte (partiel), 462
 - Montée laiteuse, 385, 419
 - Motivations, 171
 - Muguet, 488, 491
 - Nouvelle grossesse, 452
 - Péridurale, 444
 - Phases, 437-439
 - Positions pour allaiter, 177, 422
 - Prématurité, 378, 444
 - Premières tétées, 438
 - Préparation de la femme enceinte, 171, 197
 - Pressions sociales, 377
 - Prise du sein, 428, 484
 - Production, 386, 419, 451
 - Quantité, 370, 460
 - Redémarrer la production, 451
 - Réflexe d'éjection, 420, 452, 482
 - Refus du sein, 468, 474, 476
 - Réseau de soutien, 180
 - Ressources d'aide, 181, 416
 - Retour au travail, 442
 - Rôle de la famille et de l'entourage, 181
 - Rôle du partenaire, 180, 736
 - Selon les besoins, 177
 - Séparation mère-enfant, 441
 - Sevrage, 16, 466
 - Signes de faim, 367, 421
 - Stimulation des seins, 175
 - Sucette (suce), 177, 436
 - Tabac, 392
 - Vasospasme, 486
- Allergies alimentaires chez l'enfant, 523, 571
 - Prévention pendant la grossesse, 103

- Prévention pendant l'allaitement, 572
- Allergies chez l'enfant, 377, 402, 523, 571, 574
- Amniocentèse, 14, 129, 131
- Ampoule de lait, 487
- Analyse d'urine chez la femme enceinte, 123, 127
- Anémie, 14
 - Enfant, 580
 - Femme enceinte, 93, 127
- Angiomes chez la femme enceinte, 42
- Animaux de compagnie
 - Enfant, 698, 707
 - Femme enceinte, 71
- Anomalie chez l'enfant
 - Dépistage pendant la grossesse, 123, 129
 - Fausse couche, 28, 152, 153, 160
 - Malformations congénitales et anomalie du tube neuronal, 93
 - Prévention pendant la grossesse, 93
- Anomalies chromosomiques, 14, 129
- Anomalies génétiques, 14, 160
- Anticorps, 14, 616, 637
- Anti-inflammatoire
 - Enfant, 649
 - Femme enceinte, 155
 - Mère qui allaite, 393
- Appétit
 - Enfant, 524, 525, 562, 583
 - Femme enceinte, 80
 - Nouveau-né, 368, 372, 434
 - Poussée de croissance, 372, 432
 - Signes de faim, 176, 367, 421

- Apprentissage de la propreté, 358
- Articulations chez la femme enceinte, 46
- Aspirine
 - Enfant, 649
 - Femme enceinte, 155
- Assainisseur d'air pendant la grossesse, 70
- Assurance santé pour l'enfant, 800
- Assurance voyage, 75
- Attachement, 312
- Audition de l'enfant, 292, 323
- Automobile
 - Enfant, 242, 297, 673
 - Femme enceinte, 73
- Autorité (encadrement de l'enfant), 325-327
- AVAC (accouchement vaginal après césarienne), 188
- Aversions chez la femme enceinte, 80
- Avion pendant la grossesse, 73
-
- B**
- Baby blues*, 260
- Bain, baignade de la mère après l'accouchement, 255, 256
- Bain du bébé, 598
- Balayage des membranes, 227
- Balayage pour les cheveux pendant la grossesse, 58
- Banques alimentaires, 117
- Barrières, 692
- Bébé prématuré (voir prématuré)
- Berceau, 295, 685
- Besoins nutritionnels pendant la grossesse, 78
 - Diabète de grossesse, 100

- Grossesse gémellaire, 101
- Beurre d'arachide pour l'enfant, 523, 549, 560
- Biberon (voir aussi préparations commerciales pour nourrissons), 497
 - Alternance entre sein et biberon, 177, 462
 - Choix, 498
 - Difficultés, 503-507
 - Horaire des boires, 368
 - Nettoyage, 507-509
 - Positions pour faire boire l'enfant, 502
 - Pressions sociales, 377
 - Quantité, 499-500
 - Refus du biberon, 462, 507
- Bicyclette avec l'enfant, 760
- Bilirubine, 624
- Blessures à la bouche et aux dents de l'enfant, 711
- Bloc des nerfs honteux pendant l'accouchement, 234
- Boissons énergisantes
 - Femme enceinte, 98
 - Mère qui allaite, 389
- Boisson de soya enrichies
 - Enfant, 412
 - Femme enceinte, 86, 97
- Boissons gazeuses
 - Femme enceinte, 98, 101
 - Mère qui allaite, 389
- Bottines pour l'enfant, 767
- Botulisme infantile, 532
- Bouche de l'enfant
 - Blessures, 711

- Gencive, 527, 611
- Goût, 291
- Taches blanches (muguet), 626
- Bouchon muqueux, 205
- Boutons sur la peau de l'enfant, 627, 652
- Bronchiolite, 660
- Brossage des dents de l'enfant, 613
- Brûlures chez l'enfant, 696, 714
- Brûlures d'estomac chez la femme enceinte, 143, 157
- Budget, 765

C

- Café (caféine)
 - Femme enceinte, 98
 - Mère qui allaite, 389
- Calcium
 - Enfant, 380, 557
 - Femme enceinte, 95
- Calendrier de vaccination, 618
- Canal lactifère obstrué chez la mère qui allaite, 493
- Canal lacrymal obstrué chez l'enfant, 632
- Cannabis
 - Femme enceinte, 64, 68
 - Mère qui allaite, 392
- Carie chez l'enfant, 289, 616
- Carnet de vaccination, 621
- Carte d'assurance maladie, 800
- Ceinture de sécurité
 - Enfant, 242, 676-679
 - Femme enceinte, 73

- Centre antipoison, 700, 716
- Centre de la petite enfance (CPE), 785-787, 790
- Céréales et produits céréaliers
 - Enfant, 520, 540, 542, 544, 560
 - Femme enceinte, 81, 84
- Céréales pour bébé, 520, 540, 542, 560
- Certificat de naissance, 797, 799
- Césarienne, 235
- Chaise haute ou portative, 687, 690
- Chambre de l'enfant, 684
- Champignons cueillis à l'extérieur, 702
- Changements émotionnels pendant la grossesse, 50
 - Couple, 54
 - Enfants, 55
 - Future mère, 50
 - Future père ou partenaire, 52
- Changements physiques chez la femme enceinte, 41
- Chapeau chez l'enfant (croûtes au cuir chevelu), 629
- Charcuteries
 - Enfant, 546
 - Femme enceinte, 112
- Chasse-moustique
 - Enfant, 704
 - Femme enceinte, 58
- Chat pendant la grossesse, 71
- Chauffe-eau, 697
- Chaussures pour l'enfant, 767
- Cheveux pendant la grossesse, 41
- Chien (morsure), 698, 707
- Choc au ventre pendant la grossesse, 151

- Choc électrique, 696, 715
- Chocolat
 - Femme enceinte, 80
 - Mère qui allaite, 389
- Choix d'un prénom et d'un nom, 799
- Chute chez l'enfant, 607, 690
- Cigarette (cigare et pipe)
 - Enfant, 298, 699
 - Femme enceinte, 64
 - Femme qui allaite, 392
- Cinquième maladie
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 134
- Circoncision, 276
- Citronnelle
 - Enfant, 705
 - Femme enceinte, 59
- Clarté nucale, 130
- CLSC, 116, 119, 121-123
- Coquille (voir Siège d'auto)
- CNESST (Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail), 774
- Cocaïne
 - Femme enceinte, 64, 69
 - Mère qui allaite, 392
- Cœur
 - Bébé dans l'utérus, 31, 126, 128
 - Femme enceinte, 41
- Cohabitation au lieu de naissance, 242
- Col de l'utérus, 24, 26, 217-219, 227
- Collations
 - Enfant, 524, 562
 - Femme enceinte, 77, 79, 90

Colostrum, 44, 174, 385, 435, 452, 460
 Communication avec le bébé, 280-293
 Compresses d'allaitement, 178, 419, 482
 Conditions de travail
 – Femme enceinte, 72, 774
 – Mère qui allaite, 777
 Confiance (sentiment de l'enfant), 312
 Congélation
 – Lait maternel, 394
 – Purée, 536, 539
 Congés, 774
 – Conjoint, 775
 – Examens de grossesse, 775
 – Maternité, 775
 – Parental, 776
 – Paternité, 776
 Congestion nasale
 – Enfant, 658
 – Femme enceinte, 150
 Conservation
 – Lait maternel, 394
 – Préparations commerciales pour nourrisson, 406
 – Purées, 539
 Constat de naissance, 797
 Constipation
 – Enfant, 586
 – Femme enceinte, 44, 96, 144, 157
 – Mère après l'accouchement, 256
 Consultantes en allaitement, 181, 416, 418
 Contact peau à peau, 176, 180, 196, 224, 237, 238, 241, 249, 367
 Contraception, 264

Contraception d'urgence, 268
 Contractions
 – Après l'accouchement, 255
 – Avant la 37^e semaine de grossesse, 151, 156
 – Braxton-Hicks, 156
 – Pendant l'accouchement, 156-157, 205, 206, 208, 218
 – Pendant l'allaitement, 255, 421
 Convulsion fébrile chez l'enfant, 648
 Coqueluche chez la femme enceinte, 134
 Cordon ombilical
 – Couper le cordon, 223
 – Fonction pendant la grossesse, 38
 – Soins chez le nouveau-né, 595
 Cosmétiques pendant la grossesse, 58
 Couches, 603
 Couchette, 295, 685
 Cou du nouveau-né (torticolis), 274
 Coup au ventre pendant la grossesse, 151
 Coups à la tête de l'enfant, 712
 Coupes des ongles de l'enfant, 603
 Couple
 – Après la naissance du bébé, 737, 746
 – Changements émotifs pendant la grossesse, 54
 – Violence pendant la grossesse, 168
 Coupure chez l'enfant, 708
 Courbe de croissance, 610
 Cours prénataux (rencontres prénatales), 122
 Couverture de l'enfant, 295, 298, 593, 686
 COVID-19, C2, 593
 – Enfant, 646, 647, 653, 655, 660, 661, 663, 669
 – Femme enceinte, 134, 172

 – Mère qui allaite, 415
 CPE (Centre de la petite enfance), 786-787, 790
 Crampes chez la femme enceinte
 – Jambes, 142
 – Ventre, 156, 157
 Crème solaire
 – Enfant, 703
 – Femme enceinte, 58
 Crèmes pour le corps pendant la grossesse, 58
 Crevasses aux mamelons, 484
 Crises de larmes chez le bébé, 282
 Croissance de l'enfant
 – Après la naissance, 372, 609
 – Pendant la grossesse, 31-36, 45
 Croûtes au cuir chevelu de l'enfant, 629
 Cuisines collectives, 117
 Cuisson des aliments, 107, 108
 Cycle menstruel, 22-24

D

Date prévue de l'accouchement, 29, 205
 Déblocage des voies respiratoires, 718
 – Bébé d'un an et moins, 718
 – Enfant de plus d'un an, 722
 Décapant pendant la grossesse, 70
 Décès
 – Bébé de moins d'un an, 298
 – Nouveau-né, 251
 Déclaration de naissance, 796
 Déclenchement artificiel du travail, 205, 227
 Décollement des membranes (balayage), 227
 DEET
 – Enfant, 705

- Femme enceinte, 58
- Démangeaisons chez l'enfant, 627, 636
- Démarche de la femme enceinte, 44
- Dentifrice pour l'enfant, 614
- Dents de la femme enceinte, 132, 149
- Dents de l'enfant
 - Blessures, 711
 - Brossage, 614
 - Carie dentaire, 616
 - Jouets de dentition, 613
 - Premières dents, 611
 - Soins, 612
- Dépistage
 - Dépistage néonatal, 244
 - Infections transmises sexuellement (ITS), 128, 135
 - Pendant la grossesse (trisomies), 123, 129
- Déplacements
 - Enfants, 673, 758
 - Femme enceinte, 73
- Déprime chez la mère, 260
- Dépression chez la femme
 - Après la grossesse, 262
 - Pendant la grossesse, 52
- Dépression chez l'homme (après la naissance), 263
- Dermite du siège, 488, 630
- Deshydratation chez l'enfant, 278, 665
- Désir sexuel
 - Après l'accouchement, 263
 - Pendant la grossesse, 56
- Deuil, 162, 251

- Développement de l'enfant, 310
 - Apprentissage de la propreté, 358
 - Attachement, 312
 - Encadrement, 325
 - Étapes, 332
 - Éveil à la lecture et à l'écriture, 361
 - Interactions avec les parents, 316
 - Jeu, 317
 - Langage, 320
 - Période du non, 330
 - Sentiment de confiance, 312
 - Tempérament, 314
- Développement du fœtus, 31-36, 45
- Diabète de grossesse (gestationnel), 100, 127, 164
- Diarrhée chez l'enfant, 663
- Diètes
 - Après l'accouchement, 260
 - Pendant la grossesse, 103
- Difficultés respiratoires de la mère après l'accouchement, 254
- Digestion pendant la grossesse, 44
 - Problèmes digestifs, 143, 144
- Discipline, 325-326
- Douche après l'accouchement, 255-256
- Doulas (accompagnantes à la naissance), 120, 210
- Douleurs chez la femme enceinte
 - Dos, 148
 - Gorge, 150
 - Jambes, 142
 - Ligaments, 148, 157

- Mains, 147
- Poitrine, 151
- Tête, 150, 151, 154
- Ventre, 143, 151, 154, 157
- Douleurs chez la femme qui allaite
 - Mamelon, 429, 468, 483-491
 - Seins, 419, 429, 490
- Douleurs chez la mère après l'accouchement
 - Jambe, 254
 - Tête, 254
 - Ventre, 254
- Douleurs de l'accouchement, 195, 209
 - Massage, 212
 - Médicaments, 232
 - Techniques pour l'apprivoiser, 211, 213
- Drogues
 - Femmes enceintes, 64, 68, 69
 - Mère qui allaite, 392
- Durée de la grossesse, 29

E

- Eau (besoin)
 - Enfant, 511
 - Femme enceinte, 63, 97
- Eau (provenance et qualité), 512
 - Aqueduc, 513
 - Embouteillée, 516
 - En vrac, 516
 - Nécessité de faire bouillir, 511
 - Problèmes de qualité, 515, 517
 - Puits privés, 514
 - Température du chauffe-eau, 697

Eaux (liquide amniotique), 37, 131, 151, 158, 159, 206
 Eau de javel pendant la grossesse, 70
 Eau salée pour le nez, 659
 Échographie, 14, 29, 128, 130
 Écoulement du lait, 44, 420, 452, 482
 Écran solaire
 – Enfant, 703
 – Femme enceinte, 58
 Écrans, 319
 Eczéma
 – Enfant, 628
 – Mère qui allaite, 485
 Éducation de l'enfant, 326
 Électricité, 696, 715
 Électrolyse pendant la grossesse, 59
 Éléments nutritifs, 14
 – Bébé pendant la grossesse, 38
 – Besoins de la femme enceinte, 78, 92
 – Lait maternel, 175, 387
 Embryon, 14, 28, 31-32
 Émotions pendant la grossesse (voir changements émotionnels)
 Emploi (voir travail)
 Empoisonnement chez l'enfant, 700, 724
 Encadrement de l'enfant (discipline), 325, 326
 Énergie (niveau d'énergie)
 – Femme enceinte, 79, 140
 – Mère après l'accouchement, 254, 258
 Enfant différent ou handicapé, 754-757
 – Aide, 756
 – Diagnostic, 755

Enflure chez la femme enceinte (œdème), 142, 146, 151
 Engorgement des seins, 492
 Engourdissements des mains chez la femme enceinte, 147
 Entreposage et conservation des aliments, 106
 Envie d'uriner chez la femme enceinte, 43, 157
 Épidurale (péridurale), 220, 232, 444
 Épilation au laser pendant la grossesse, 59
 Épisiotomie, 235
 Éruption cutanée chez l'enfant, 652
 Érythème fessier chez l'enfant, 15, 488, 630
 Essoufflement chez la femme enceinte, 41, 63
 Essoufflement soudain chez la femme enceinte, 151
 Étapes du développement de l'enfant, 332
 – 0 à 2 mois, 334
 – 2 à 4 mois, 337
 – 4 à 6 mois, 339
 – 6 à 9 mois, 341
 – 9 à 12 mois, 345
 – 12 à 15 mois, 348
 – 15 à 18 mois, 350
 – 18 à 24 mois, 354
 Éternuements chez le nouveau-né, 277
 Étouffement chez l'enfant, 530, 717
 – Enfant de moins d'un an, 718,
 – Enfant de plus d'un an, 722
 – Prévention, 694
 Évanouissement pendant la grossesse, 151, 153
 Examen physique
 – Femme enceinte, 126
 – Nouveau-né, 243

Exercice physique
 – Femme enceinte, 60-63, 148
 – Mère après l'accouchement, 258
 Expression du lait, 15, 452
 – Apparance du lait exprimé, 397
 – Conservation du lait exprimé, 394-396
 – Fréquence, 458-461
 – Manuelle, 455
 – Tire-lait, 456

F

Facteur rhésus (Rh) de la femme enceinte, 15, 127, 152, 160
 Faim (voir appétit)
 Famille recomposée, 749
 Fatigue
 – Femme enceinte, 140
 – Mère après l'accouchement, 258, 740
 Fausse couche, 15, 28, 160-162
 Faux travail, 218
 Fécondation, 15, 23, 28
 Fer
 – Enfant, 519, 522, 540, 545, 580
 – Enfant prématuré, 580
 – Femme enceinte, 92-94
 Fertilité, 22, 24, 264, 782
 Fesses rouges (érythème fessier), 488, 630
 Feu, 696, 714
 Fibres
 – Enfant, 544, 548, 550, 588
 – Femme enceinte, 84, 96
 Fièvre
 – Enfant, 643, 652

- Femme enceinte, 151, 154
 - Mère après l'accouchement, 254
 - Filiation et obligations parentales, 804
 - Fils électriques, 671, 696, 715
 - Finances, 765
 - Fluorure, 614
 - Fœtus, 15, 30-38
 - Foie pendant la grossesse (aliment), 88, 94
 - Fontanelle, 274
 - Four à micro-ondes, 501, 538
 - Frais de garde d'enfants, 803
 - Fringales chez la femme enceinte, 80
 - Fromages
 - Enfant, 557, 558
 - Femme enceinte, 109, 115
 - Fruits
 - Enfant, 534, 550, 552, 561, 581
 - Femme enceinte, 81, 82, 115
 - Jus de fruits, 554
 - Fruits de mer
 - Enfant, 546
 - Femme enceinte, 88, 109, 113
 - Fuites urinaires
 - Femme enceinte, 63
 - Mère après l'accouchement, 257
 - Fumée de tabac
 - Enfant, 298, 699
 - Femme enceinte, 64
 - Fusion (fécondation), 28
-

G

- Garderie, 785-790
 - CPE, 785-787, 790

- Garderie en milieu familial, 788, 789
 - Gardiennage, 763
 - Gastroentérite
 - Enfant, 663
 - Femme enceinte, 150
 - Gaz, 374
 - Gencives
 - Enfant, 527, 611
 - Femme enceinte, 149
 - Gerçures au mamelon, 484
 - Gingivite de grossesse, 149
 - Glycémie (taux de sucre dans le sang), 101, 127, 164,
 - Gorge
 - Enfant, 661
 - Femme enceinte, 150
 - Goût de l'enfant, 291
 - Grand-parents, 751
 - Gras (graisses, huiles, matières grasses)
 - Enfant, 409, 411, 546, 557, 559, 566
 - Femme enceinte, 96
 - Grippe
 - Enfant, 655
 - Femme enceinte, 133
 - Grossesse
 - À risque élevé (GARE), 164
 - Ectopique ou extra-utérine, 15, 161
 - Gémellaire ou multiple, 101, 166
 - Groupe sanguin de la femme enceinte, 127
-

H

- Haut-le-cœur chez l'enfant, 527
- Hémorragie, 15, 223, 254

- Hémorroïdes chez la femme enceinte, 145, 146
 - Hôpital
 - Séjour après la naissance, 242
 - Visite avant la naissance, 185
 - Hoquet chez l'enfant, 277
 - Horaire des boires, 368, 432
 - Hospitalisation du nouveau-né, 245, 247, 248
 - Allaitement, 249
 - Visites permises, 250
 - Hot-dogs pendant la grossesse, 109, 112
 - Huile et mousse pour le bain du bébé, 599
 - Huiles et graisses (voir gras)
 - Humidificateur, humidité, 656, 684
 - Hydratation
 - Enfant, 511
 - Femme enceinte, 63, 97
 - Hygiène de la mère après l'accouchement, 255
 - Hyperpigmentation chez la femme enceinte, 42, 58
 - Hypertension chez la femme enceinte, 137, 164
-

I

- Ibuprofène
 - Enfant, 650
 - Femme enceinte, 155
 - Mère qui allaite, 393
- Image corporelle
 - Femme enceinte, 49
 - Mère après l'accouchement, 260
- Impatience du parent, 285
- Incendie, 696
- Incubateur, 246, 249
- Induction du travail, 227

Infections chez la femme

- Infections courantes (pendant la grossesse), 150
- Infection d'origine alimentaire (listériose et toxoplasmose), 104, 110
- Infection transmise sexuellement, 15, 57, 128, 135
- Infection fongique (muguet), 488, 491
- Infection urinaire pendant la grossesse, 127, 157

Infections chez l'enfant

- Infection à l'œil, 632
- Infections courantes, 637
- Muguet, 626
- Prévenir les infections, 637
- Vaccination, 616

Infections chez le nouveau-né, 245

Infertilité, 782

Influenza

- Enfant, 655
- Femme enceinte, 133

Info-Santé, 122, 608

Info-Social, 122

Intervention pendant l'accouchement, 196, 226

Intestins

- Enfant, 279, 370, 374, 663
- Femme enceinte, 44, 144, 157

Intolérance alimentaire chez l'enfant, 377, 388, 402, 579

Intolérance au lactose

- Enfant, 579
- Femme enceinte, 86

Intoxication

- Enfant (empoisonnement), 700, 724
- Femme enceinte (voir infections)

J

Jalousie à la venue d'un autre enfant, 54, 750

Jardinage pendant la grossesse, 71

Jaunisse chez le nouveau-né, 624

Jeu, 315, 688

Jouets, 318, 688

Jumeaux, 753

- Allaitement, 449
- Grossesse, 101, 166

Jus de fruits, 554

L

Lactose (intolérance)

- Enfant, 579
- Femme enceinte, 86

Lait maternel, 382

- Caféine, 389
- Colostrum, 44, 174, 385, 435, 452
- Composition, 175, 387, 388
- Congélation, 394
- Conservation, 394
- Écoulement, 44, 386, 452, 482
- Expression (tirer son lait), 452
- Manque de lait, 479-481
- Poisson, 389
- Production, 386, 420, 451
- Quantité de lait dont l'enfant a besoin, 370, 460, 499, 524

– Réflexe d'éjection, 420, 452, 482

– Rétablir la production, 451

– Saveur, 388

– Technique d'expression manuelle, 455

– Trop de lait (coule trop vite), 482

Laits

- Boissons de soya enrichies, 86, 97, 412
- Lait cru (non pasteurisé), 413
- Lait de chèvre pasteurisé, 411
- Lait de vache pasteurisé, 409, 522, 541, 557, 558, 561, 565
- Lait maternisé (préparations commerciales pour nourrisson), 398
- Préparations pour nourrisson à base de soya, 401

Langage, 320, 336, 337, 339, 341, 345, 348, 352, 355

Lanugo, 34

Lavage des mains, 638

Légumes

- Enfant, 540, 541, 550, 551
- Femme enceinte, 81, 82, 93, 94, 96, 115

Légumineuses

- Enfant, 540, 545, 548
- Femme enceinte, 87, 93, 94, 96

Lieu de naissance, 185

Ligaments, 46, 157

Liquide amniotique, 37, 131

- Perte, 151, 158, 159, 206

Listériose chez la femme enceinte, 110

Lit, 295, 685

Literie, 686

Litière de chat pendant la grossesse, 71

Lochies, 255, 259

Lordose chez la femme enceinte, 148

Lotion solaire

– Enfant, 703

– Femme enceinte, 58

Lunettes de soleil pour l'enfant, 704

M

Main (lavage), 638

Maison de naissance

– Séjour après la naissance, 242

– Visite avant la naissance, 185

Mal (voir maux)

Maladies contagieuses

– Enfant, 652

– Enfant (vaccination), 616

– Femme enceinte, 133

– Femme enceinte (vaccination), 133

Maladies infectieuses, 15, 127

Malaises de grossesse, 139-149

– Grossesse multiple, 101, 167

Malformations congénitales, 15, 93, 245

MAMA (Méthode d'allaitement maternel et de l'Aménorrhée), 264

Mamelons

– Apparence chez la femme enceinte, 44

– Apparence chez la mère qui allaite, 418

– Douleur et sensibilité, 428, 483

Manipulation des aliments, 106, 537

Marche (premiers pas de l'enfant), 345, 348, 350

Marijuana

– Femme enceinte, 64, 68

– Mère qui allaite, 392

Marraines d'allaitement, 416

Masque, 593

– Enfant, 640

Masque de grossesse, 42, 58

Massage

– Enfant, 290

– Pendant le travail, 212

– Utérus, 223

Mastite, 16, 466, 494

Matelas, 685

Maternité, 739

Matières grasses (voir gras)

Maux chez la femme enceinte (voir douleur)

Maux de tête sévères chez la mère après

l'accouchement, 254

Médicaments chez la femme

– Femme enceinte, 137-139, 155

– Mère qui allaite, 393

– Produits de santé naturels pendant la grossesse, 99, 137, 139

Médicaments chez l'enfant

– Contre la fièvre, 649

– Contre la toux et le rhume, 656

– Contre la nausée et la diarrhée, 664

– Prévenir les empoisonnements, 700

Membrane amniotique, 37, 206

Méningites, 652

Menstruation, 22, 182, 264

Mercuré (contaminants)

– Femme enceinte, 88

– Mère qui allaite, 389

Miel et botulisme infantile, 532

Minéraux (voir vitamines et minéraux)

Moïse, 685

Monitoring, 229

Montée laiteuse, 175, 385, 419

Morsure, 698, 707

Mort subite du nourrisson, 16, 65, 298

– Partage du lit des parents (cododo), 296

– Prévention pendant la grossesse, 65

Motrin (voir ibuprofène)

Mots (premiers), 348

Mouche-bébé, 658

Mouvements du bébé pendant la grossesse

– Commencer à le sentir bouger, 34

– Ne plus le sentir bouger, 155

Muguet (infection à champignons)

– Enfant, 626

– Mère qui allaite, 488, 490

Multivitamines pendant la grossesse, 92-95

N

Naissance du bébé, 219-222

Narcotiques (pendant l'accouchement), 234

Nausées chez la femme enceinte, 141

Nerf pudendal (voir bloc des nerfs honteux), 234

Nez bouché

– Enfant, 658

– Femme enceinte, 150

Nez de l'enfant

– Odorat, 291

– Petit objet coincé, 709

– Saignement, 710

Nitrates dans les légumes, 552

Noix

- Enfant, 549
- Femme enceinte, 87

Nombriil du nouveau-né, 595

Nom de famille de l'enfant, 796, 799

Non (période de développement), 330

Nouveau-né (caractéristiques)

- Audition, 292
- Besoin de chaleur, 277
- Bosse sur la tête, 275
- Boutons sur le visage, 627
- Cerveau du bébé, 281, 286
- Cordon ombilical, 595
- Duvet, 273
- Éternuements, 277
- Goût, 291
- Hoquet, 277, 372
- Jaunisse, 624
- Odorat, 291
- Ongles, 603
- Organes génitaux, 276
- Peau, 273
- Poids, 273
- Position fœtale, 273
- Seins, 276
- Selles, 279, 370
- Taches, 277
- Taille, 273
- Tête, 274
- Urine, 278, 370
- Vue, 293
- Yeux (couleur), 274

Nutriments (voir éléments nutritifs)

Nutrition (voir alimentation)

O

Obésité chez l'enfant, 584

Obligations parentales, 804, 805

Ocytocine, 16, 223, 229, 420

Odorat de l'enfant, 291

Œdème chez la femme enceinte (enflure), 142, 146, 151

Œil (voir yeux de l'enfant)

Œuf

- Enfant, 540, 545, 549
- Femme enceinte, 88, 95, 109, 114

Olo (programme Olo), 116

Oméga-3

- Enfant, 175
- Femme enceinte, 88, 96

Ongles de l'enfant, 603

Onguent à base d'oxyde de zinc, 607, 631

Onguent antibiotique dans les yeux, 243

Optométriste (pendant la grossesse), 132

Ordre d'introduction des aliments, 518, 522, 540, 541

Oreilles de l'enfant

- Audition, 292, 323, 662
- Nettoyage, 601
- Otite, 662

Organes génitaux de l'enfant, 276

- Nettoyage, 602

Organismes communautaires, 181, 768, 814

Otite, 662

Ouïe de l'enfant, 292, 323

Ovaire, 26

Ovule, 16, 22, 28, 166

Ovulation, 22

Oxyde de zinc, 551, 631

P

Parvovirus B19 chez la femme enceinte, 134

Partenaire

- Alimentation du bébé, 180, 736
- Changements émotionnels pendant la grossesse, 50
- Contraception, 264
- Couple, 54, 737, 743
- Dépression après l'accouchement, 263
- Rôle, 343, 731

Passeport pour l'enfant, 810

Paternité, 730

Pâte d'ihle (voir onguent à base d'oxyde de zinc)

Pâtés à tartiner pendant la grossesse, 112

Peau à peau, 176, 224, 237, 241, 249, 291, 436, 444

Peau de la femme enceinte, 42

Peau de l'enfant

- Apparence chez le nouveau-né, 273
- Boutons de chaleur, 628
- Eczéma, 628
- Éruption cutanée, 652
- Érythème fessier, 488, 630
- Exposition au soleil, 703
- Plaques rouges, 627, 636
- Réaction allergique, 635
- Rougeurs dans les plis (intertrigo), 629

- Sécheresse, 628
- Utilisation du savon, 599
- Pédialyte (voir solution de réhydratation orale)
- Peine après l'accouchement, 260
- Peintures pendant la grossesse, 70
- Pénis de l'enfant, 276, 602
- Père, 731
 - Alimentation du bébé, 180, 736
 - Changements émotionnels pendant la grossesse, 50
 - Contraception, 264
 - Couple, 54, 737, 743
 - Dépression après l'accouchement, 263
 - Relation père-enfant, 728
 - Rôle, 343, 731
- Péridurale, 220, 232, 444
- Périnée, 16, 26, 235, 259
 - Exercices et guérison, 257
- Période du non, 330
- Permanente pour les cheveux pendant la grossesse, 58
- Perte de poids chez le nouveau-né, 273
- Pertes chez la femme
 - Bouchon muqueux, 205
 - Liquide amniotique (« eaux »), 151, 158, 159, 206
 - Pertes vaginales, 44, 159
 - Saignements après l'accouchement, 255
 - Saignements pendant la grossesse, 152, 153
 - Sécrétions vaginales, 156, 159
 - Urine pendant la grossesse, 157, 159
- Peur des étrangers, 342
- Pharmacie pour l'enfant, 624
- Picote (varicelle)
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 135
- Pieds-mains-bouche (maladie)
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 135
- Pilule du lendemain, 268
- Piqûres d'insectes
 - Enfant, 704, 717
 - Femme enceinte, 58
- Piscine, 692
- Placenta, 38
 - Expulsion, 223
- Plan de naissance, 193
- Plantes médicinales pendant la grossesse, 99, 137, 139
- Plantes toxiques pour l'enfant, 702, 724
- Plaques rouges chez l'enfant, 627, 636
- Pleurs chez l'enfant, 282
 - Pleurs intenses (coliques), 283, 375, 401
 - Spasme du sanglot, 286
- Plomb
 - Eau, 403, 514
 - Enfant, 546
 - Femme enceinte, 70, 88
- Plongée sous marine pendant la grossesse, 63
- Poche des eaux, 37, 206
- Poids
 - Enfant, 371, 584, 609
 - Femme enceinte, 46, 126
 - Mère après l'accouchement, 259
 - Nouveau-né, 273
- Points de suture
 - Après l'accouchement, 256
 - Pendant l'accouchement, 235, 237
- Poire nasale, 658
- Poissons
 - Enfant, 523, 540, 545, 546, 560
 - Femme enceinte, 88, 96, 109, 113
 - Mère qui allaite, 389
- Pommes de terre, 83
- Porte-bébé, 297, 758
- Portions d'aliments pour enfant, 524, 567
- Pouce (sucrer), 288
- Poudre pour bébé, 602
- Poumons de la femme enceinte, 41
- Poussées de croissance, 372, 609
- Poussette, 297, 761
- Prélèvement vaginaux pendant la grossesse, 123, 128
- Prématurité, 245, 246
 - Âge corrigé, 333
 - Alimentation du nouveau-né, 378
 - Allaitement, 378
 - Croissance, 333, 609
 - Fer, 580
 - Introduction des aliments, 521
 - Ressources, 248
 - Soins, 246
 - Vaccination, 616
- Premiers soins, 706
- Prendre un bébé dans ses bras, 593
- Prénom de l'enfant (choix), 799
- Préparation à l'arrivée de l'enfant, 198, 200
- Préparations commerciales pour nourrissons (voir aussi biberon), 398

- Aide financière, 795
- Choix, 399
- Conservation, 406
- Erreur de dilution, 406
- Intolérance, 377, 402, 571, 579, 795
- Liquide concentré, 400, 404
- Manipulation (préparation), 402
- Poudre, 400, 402, 405
- Préparations à base de soya, 401
- Préparations de transition, 401
- Préparations spéciales, 402
- Prête à servir, 400
- Quantité de lait dont l'enfant a besoin, 500, 519, 521, 524
- Température du lait, 501
- Prépuce de l'enfant, 276, 602
- Présentation du bébé par le siège, 190
- Pression artérielle de la femme enceinte, 164
- Pressions sociales
 - Nourrir son enfant, 377
 - Parentalité, 747
 - Pendant la grossesse, 51
- Prises de sang pendant la grossesse, 123, 127
- Problèmes chez l'enfant
 - Adaptation, 769
 - Alimentation, 584
 - Hospitalisation à la naissance, 245
 - Problèmes de santé courants, 622
 - Sommeil, 306
- Problèmes de vue
 - Femme enceinte, 132, 151, 154
 - Mère après l'accouchement, 254
- Produits céréaliers
 - Enfant, 520, 540, 542, 544, 560
 - Femme enceinte, 81, 84
- Produits dangereux pour l'enfant, 700, 724
- Produits de santé naturels chez la femme enceinte, 99, 137, 139
- Produits laitiers
 - Enfant, 409, 522, 541, 557, 558, 561, 565
 - Femme enceinte, 85-86, 97, 115
- Produits pendant la grossesse
 - Chasse-moustique, 58
 - Nettoyants pour la maison, 70
 - Peinture et décapants, 70
 - Plantes et produits de santé naturels, 99, 137, 139
 - Traitements pour les cheveux, 58
- Programme
 - Olo, 116
 - Pour une maternité sans danger, 777
 - Programmes gouvernementaux, 772
 - Programme québécois de dépistage prénatal, 129
- Prononciation, 288, 322
- Propreté (apprentissage), 358
- Protection des piqûres d'insectes
 - Enfant, 704
 - Femme enceinte, 58
- Protection solaire
 - Enfant, 703
 - Femme enceinte, 58
- Protoxyde d'azote pendant l'accouchement, 234
- Purées, 532
 - Commerce, 536

- Maison, 533
- Température, 538, 539

Q

- Quadruplés, 166, 754, 802
- Quantité de lait dont l'enfant a besoin, 370, 460, 499, 524, 558, 565

R

- Radiographies pendant la grossesse, 132
- Recettes
 - Biscuits avec céréales pour bébé, 582
 - Eau salée pour le nez, 659
 - Solution de réhydratation maison, 669
 - Soulagement des démangeaisons, 717
- Redressements assis pendant la grossesse, 63
- Réflexe d'éjection, 420, 452, 482
- Réflexes chez le nouveau-né, 334
- Reflux gastrique chez la femme enceinte, 143, 157
- Refus de l'enfant de se nourrir
 - Aliments, 524, 529
 - Sein, 474, 476
- Régime amaigrissant (voir diètes)
- Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), 163, 253, 778
- Règles familiales, 325
- Régurgitations, 374
- Reins de la femme enceinte, 43
- Relation de couple
 - Après la naissance du bébé, 737, 746
 - Changements émotionnels pendant la grossesse, 54

- Violence durant la grossesse, 168
- Relation de l'enfant à la nourriture, 584
- Relation père-enfant, 732
- Relations sexuelles
 - Après la naissance du bébé, 263
 - Pendant la grossesse, 56
- Relevailles, 198, 200
- Remorque de vélo, 760
- Rencontres prénatales (cours prénataux), 122
- Rendez-vous de grossesse, 123, 125
- Repas de l'enfant, 528, 562
- Repos après l'accouchement, 258, 740
- Respiration de la femme enceinte, 41
- Ressources
 - Allaitement, 416
 - Familles, 768, 812
 - Finances, 765, 778, 792, 802
- Retrait préventif (voir Programme pour une maternité sans danger)
- Rhésus (Rh) de la femme enceinte, 15, 127, 152, 160
- Rhume
 - Enfant, 655
 - Femme enceinte, 150
- Roséole
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 135
- Rot, 372
- Rougeole
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 134
- Routine

- Besoin de l'enfant, 327
- Coucher, 302
- RQAP (Régime québécois d'assurance parentale), 163, 253, 778
- Rubéole
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 127, 134
- Rupture des membranes, 37, 158, 159, 206
- Rupture utérine, 16, 188

S

- Sablage pendant la grossesse, 70
- Sac ventral ou dorsal, 758
- Saignement de nez chez l'enfant, 710
- Saignements chez la femme enceinte, 126, 151, 152, 153
 - Après 14 semaines de grossesse, 153
 - Avant 14 semaines de grossesse, 152
 - Gencives, 149
- Saignement après l'accouchement (lochie), 255
- Salons de bronzage pendant la grossesse, 59
- Saucisses fumées pendant la grossesse (voir hot-dogs)
- Savon pour bébé (utilisation), 599
- Scarlatine
 - Enfant, 652
 - Femme enceinte, 135
- Séborrhée chez l'enfant, 628
- Sécrétions nasales
 - Enfant, 658
 - Femme enceinte, 150
- Sécrétions vaginales chez la femme enceinte, 44, 159

- Sécurité de l'enfant
 - Bain, 692
 - Bicyclette, 760
 - Chambre, 684
 - Coussin gonflable, 674
 - Cuisine, 687
 - Escaliers, 690
 - Jouets, 688
 - Modules de jeux, 691
 - Piscines et plans d'eau, 692
 - Porte-bébé, 297, 758
 - Poussette ou landau, 297, 761
 - Siège d'auto, 242, 297, 673
 - Soleil, 703
 - Sorties à l'extérieur (température), 758
 - Taxi, 682
 - Trampoline, 691
- Sein (voir aussi allaitement, lait maternel)
 - Apparence chez la femme enceinte, 44
 - Apparence chez la mère qui allaite, 418, 439
 - Aréole, 14
 - Changements de sein durant le boire, 434
 - Douleurs, 419, 490
 - Engorgement, 492
 - Gerçures aux mamelons, 484
 - Mamelons douloureux, 483
 - Mise au sein, 426
 - Prise du sein, 428, 484
 - Refus du sein, 474, 476
 - Soins des seins, 418
 - Soutien-gorge, 418
 - Stimulation des seins, 175
 - Technique de la compression du sein, 435

- Sel (alimentation de l'enfant), 524, 533, 534, 537, 547, 563, 566
- Selles de la femme
 - Femme enceinte, 97, 144
 - Mère après l'accouchement, 256
- Selles de l'enfant
 - Constipation, 586
 - Diarrhée, 664
 - Fréquence, couleur et consistance, 279, 370, 586
- Services de garde, 785-790
 - Centre de la petite enfance (CPE), 785-787, 790
 - Garderie, 785
 - Milieu familial, 788-789
- Sevrage, 16, 466
- Sexe du bébé, 33, 128
- Sexualité
 - Après la naissance du bébé, 263
 - Pendant la grossesse, 56
- Shampoings colorants pendant la grossesse, 58
- Siège (présentation du bébé), 190
- Siège
 - D'auto, 242, 673
 - De baignoire, 600
 - De vélo, 760
- Sieste
 - Enfant, 306
 - Mère après l'accouchement, 261
- Signes de faim (du bébé), 176, 367, 421
- Sirops contre la toux, 660
- Soins de la vue pendant la grossesse, 132
- Soins dentaires pendant la grossesse, 132, 149
- Soins physiques
 - Enfant, 592
 - Mère après l'accouchement, 254
- Soleil
 - Enfant, 703
 - Femme enceinte, 58
- Solides (voir aliments)
- Solution de réhydratation orale (SRO), 666, 668
- Solution saline, 659
- Sommeil de l'enfant, 295
 - Boires, 471
 - Cauchemars et terreurs nocturnes, 307
 - Cododo, 295
 - Faire ses nuits, 304, 520
 - Mort subite du nourrisson, 298
 - Position recommandée, 300
 - Problèmes au coucher, 306
 - Réveils nocturnes, 307
 - Routine du coucher, 302
 - Sécurité, 295, 298, 684
 - Siestes, 306
 - Temps moyen de sommeil selon l'âge, 301, 302, 304, 306
- Sorties
 - Activités familiales, 762
 - Faire garder l'enfant, 442, 576, 746, 763
 - Promenade à l'extérieur avec l'enfant, 703, 704, 758
- Souffle coupé chez l'enfant, 286
- Souliers pour l'enfant, 767
- Sourire (premier de l'enfant), 337
- Soutien
 - Allaitement, 416
 - Familles, 769, 812
 - Finances, 765, 778, 792, 802
- Soya
 - Enfant, 401, 412
 - Femme enceinte, 86, 97
- Spasme du sanglot, 286
- Spermatozoïde, 16, 23-25, 166
- Spina bifida, 16, 93
- Sports
 - Femme enceinte, 60
 - Mère après l'accouchement, 258
- Stimulation de l'enfant, 316
- Stimulation des seins, 175
- Stimulation du travail (accouchement) de la femme enceinte, 229
- Stores, 684
- Strabisme, 634
- Streptocoque chez la femme enceinte, 128
- Substitut du lait maternel (voir préparations commerciales pour nourrissons)
- Substituts du sucre pendant la grossesse, 100
- Succion
 - Besoin du nouveau-né, 288
 - Enlever bébé du sein, 430
 - Reconnaître une succion efficace, 429
- Sucette (suce), 177, 288, 289, 436
- Sucre
 - Alimentation de l'enfant, 524, 532-534, 542, 554, 563, 566, 615
 - Diabète de grossesse, 100, 101
 - Glycémie (taux de sucre dans le sang), 101, 127, 164

- Substituts pendant la grossesse, 100
- Suivi de grossesse, 123, 125
 - Amniocentèse, 127, 131
 - Choix d'un professionnel, 119
 - Description des visites, 125
 - Échographie, 14, 29, 128, 130
 - Fréquence des visites, 124
 - Prises de sang et analyses d'urine, 127
 - Test de dépistage prénatal de la trisomie, 123, 129
- Suivi de santé de l'enfant, 608
- Suppléments de vitamines et de minéraux
 - Enfant (vitamine D), 380
 - Femme enceinte, 92-95

T

Tabac

- Enfant, 298, 699
- Femme enceinte, 64
- Femme qui allaite, 392
- Taches dans la bouche (muguet), 626
- Taches sur la peau de l'enfant, 627
- Taches sur la peau du nouveau-né, 277
- Tapis, 684
- Taxi, 682
- Teinture pour les cheveux pendant la grossesse, 58
- Tempérament de l'enfant, 314
- Température
 - Aliments pour bébé, 538
 - Chauffe-eau, 697
 - Eau, 600, 697
 - Enfant (fièvre), 643

- Lait, 501
- Pièces de la maison, 277, 599, 684
- Temps passé devant l'écran, 319
- Test biochimique, 130
- Test de dépistage
 - Prénatal, 123, 129
 - Néonatal, 244
- Test génomique, 130
- Test PAP, 126
- Tests sanguins pendant la grossesse, 123, 127
- Testicules de l'enfant, 276
- Tétées (voir allaitement, lait maternel et seins)
- Tête plate (plagiocéphalie), 300
- Téterelle, 474
- Tétines, 499, 507
- Thé pendant la grossesse, 98
- Thermomètre, 643
- Thrombophlébite, 17, 238
- Tire-lait, 456-458
 - Choix, 456
 - Usagé, 458
- Tirer du lait (voir expression du lait)
- Tisanes
 - Femme enceinte, 99
 - Mère qui allaite, 389
- Tofu
 - Enfant, 540, 545, 548
 - Femme enceinte, 86
- Torticlis chez le nouveau-né, 274
- Toucher de l'enfant, 289
- Toux chez l'enfant, 660
- Toxoplasmose chez la femme enceinte, 71, 110

- Travail (voir accouchement), 17
- Travail (emploi)
 - Conditions de travail, 777
 - Congés parentaux, 774
 - Femme enceinte, 72, 777
 - Programme Pour une maternité sans danger (retrait préventif), 777
 - Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), 163, 253, 778
 - Retour au travail et allaitement, 442
- Triplés, 101, 166, 753, 802
- Trisomie 21 (dépistage), 17, 129, 131
- Tristesse de la mère après l'accouchement, 262
- Tube neural, 17, 93
- Tylenol (voir acétaminophène)

U

Urine

- Enfant, 278, 370, 603
- Femme enceinte, 43, 157, 159
- Mère après l'accouchement, 257
- Utérus, 24, 26, 44
 - Massage de l'utérus, 223

V

Vaccination

- Enfant, 243, 616
- Femme enceinte, 133
- Vagin de la femme enceinte, 26
- Valise pour l'accouchement, 186
- Vaporisateur nasal, 658
- Varices pendant la grossesse, 146
- Varicelle (picote)

- Enfant, 652
- Femme enceinte, 135
- Vasospasme du mamelon, 486
- Végétalisme
 - Femme enceinte, 103
 - Mère qui allaite, 388
- Végétarisme
 - Enfant, 540
 - Femme enceinte, 103
- Vélo avec l'enfant, 760
- Vergetures chez la femme enceinte, 42
- Vernix caseosa*, 17, 34, 602
- Verres fumés pour l'enfant, 704
- Version du bébé, 190
- Vessie de la femme enceinte, 26, 43
- Vêtements pour l'enfant, 766
- Viande, gibier et volaille
 - Enfant, 540, 541, 545
 - Femme enceinte, 85, 88, 108, 112
- Viandes fumées (viandes froides)
 - Enfant, 546
 - Femme enceinte, 112
- Violence conjugale pendant la grossesse, 168
- Violet de gentiane, 491
- Vision
 - Enfant, 293, 321, 632
 - Femme enceinte, 132, 151, 154
- Visite du lieu de naissance, 185
- Visites de suivi de grossesse, 123, 125
- Vitamines et minéraux pour la femme, 92-95
 - Acide folique, 77, 93
 - Calcium, 85, 95
 - Fer, 88, 92, 93
 - Vitamine A, 88, 94
 - Vitamine B₁₂, 388
 - Vitamine D, 95
- Vitamines et minéraux pour l'enfant
 - Fer, 519, 522, 540, 541, 545, 580
 - Vitamine C, 540, 581
 - Vitamine D, 380
 - Vitamine K, 243
- Voies respiratoires
 - Déblocage, 718, 722
 - Infections, 637
- Voiture
 - Enfant, 242, 297, 673
 - Femme enceinte, 73
- Vomissements
 - Enfant, 663
 - Femme enceinte, 141
 - Régurgitations, 374
 - Solution de réhydratation orale, 668
- Voyages
 - Enfant, 810
 - Femme enceinte, 73
- Vulve
 - Enfant, 276, 602
 - Femme enceinte, 27
 - Mère après l'accouchement, 257

W

WinRho, 127, 152

Y

- Yeux de l'enfant, 293, 632
- Allergie, 633, 635
 - Corps étranger dans l'œil, 633, 716
 - Couleur, 274
 - Éclaboussure de produit chimique, 716
 - Infection, 633
 - Obstruction du canal lacrymal, 632
 - Problèmes de vision, 634
 - Soleil, 703
 - Vue, 293
 - Yeux qui louchent (strabisme), 634
 - Yeux rouges, collés ou larmoyants, 632
- Yogourt pour l'enfant, 557, 559

Z

Zika, 74

Table de conversion

POIDS



28 g		1 oz
450 g		1 lb ou 16 oz
1 000 g / 1 kg	...	2,2 lb ou 2 lb 3 oz

LONGUEUR



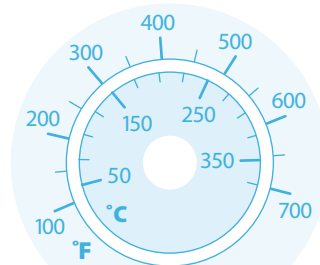
1 cm		0,4 po
2,5 cm		1 po

LIQUIDE



5 ml		1 c. à thé
15 ml		1 c. à soupe
30 ml		1 oz
125 ml		½ tasse
150 ml		5 oz ou ⅔ de tasse
250 ml		1 tasse
1 000 ml / 1 L	...	4 tasses

TEMPÉRATURE



$$^{\circ}\text{F} = ^{\circ}\text{C} \times 1,8 + 32$$

$$^{\circ}\text{C} = (^{\circ}\text{F} - 32) \div 1,8$$



A close-up photograph of a woman with dark skin, short curly hair, and glasses, looking down at a baby she is holding. The baby is wearing a white headband with small dots and a grey and white patterned onesie. They are outdoors in a park with green trees in the background.

Le guide *Mieux vivre*
accompagne les parents
en leur offrant de l'information
sur la grossesse, l'accouchement
et les deux premières années
de la vie avec le bébé.

Institut national
de santé publique

Québec

