

# Gravidez e parto

**Está grávida ou acabou de dar à luz? Parabéns!**  
**Neste período da vida também é necessário tratar de algumas questões administrativas. Felizmente, esta ficha de informação guiá-la-á por todos os trâmites burocráticos para que possa desfrutar mais depressa deste momento.**

## O que é necessário fazer durante a gravidez?

- Informe assim que possível o seu **empregador** da sua gravidez. Se a situação no seu local de trabalho representar um risco para a saúde da mãe e da criança, o médico do trabalho pode decidir que tem de interromper o trabalho. Para mais informações, consulte [www.cm.be/werkverwijdering](http://www.cm.be/werkverwijdering).
- Solicite atempadamente o seu montante inicial. Deve também entregar um atestado médico com a data prevista do parto a uma das cinco caixas de abono de família (por exemplo, KidsLife ou Infino). Pode escolher a caixa à qual solicita o abono de família.
- Se precisar de ajuda doméstica ou de ajuda para cuidar do bebé após o parto, solicite atempadamente **cuidados pós-parto** junto de um serviço reconhecido de apoio familiar ou ajuda domiciliária adicional. A CM pode oferecer um subsídio de até 300 euros por família.
- As despesas de hospitalização podem escalar rapidamente. Tem um **seguro** que cubra adequadamente as despesas do parto? A CM está à sua disposição para analisar consigo as despesas esperadas.
- Informe de imediato a CM se tiver de **ficar de repouso ou de deixar de trabalhar** por razões de saúde e segurança (com uma declaração médica do seu obstetra). Deseja saber qual o montante da licença de maternidade a que tem direito e qual o valor do subsídio? Aceda a [www.cm.be/moederschapsrust](http://www.cm.be/moederschapsrust) para mais informações.
- Solicite as **prestações familiares de base**. Já recebeu a prestação inicial para o seu filho? Então receberá automaticamente a prestação de base. Se ainda não recebeu a prestação de base, solicite-a junto da entidade de pagamento de prestações familiares da sua escolha.

## O que é necessário fazer depois do parto?

- Após o parto, o pai ou o co-encarregado tem direito a gozar vinte dias de licença de paternidade. Esta licença deve ser solicitada à entidade patronal. Para mais informações, visite [www.cm.be/geboorteverlof](http://www.cm.be/geboorteverlof).
- O seu bebé deve ser registado na conservatória do registo civil do município onde ocorreu o parto no prazo de quinze dias após o nascimento da criança. Em alguns locais, pode também registar o seu bebé no hospital antes de receber alta.
- Comunique o nascimento do seu filho à CM. Pode fazer isto online em [www.cm.be/geboorteaangifte](http://www.cm.be/geboorteaangifte) ou marcar uma consulta no seu balcão CM local em [www.cm.be/afspraken](http://www.cm.be/afspraken).
- Envie a certidão de nascimento à **CM**:
  - a criança é adicionada ao seu seguro de saúde e a eventuais seguros CM facultativos;
  - é solicitada a licença de nascimento;
  - receberá as vinhetas amarelas e um cartão ISI+ para o bebé.
- Escolha a **prenda CM para o bebé**.
- A **fatura do hospital** ser-lhe-á enviada cerca de dois meses após a sua saída do hospital. Antes de pagar a fatura, peça a CM para a verificar. Só assim poderemos ajudar se algo não estiver bem.

*'Aan deze publicatie kunnen geen rechten worden ontleend. Zij is louter indicatief bedoeld.'*

Voordelen geldig vanaf 1 januari 2024 tot 31 december 2024

Uitgifte: April 2024 – PT – Zwangerschap en geboorte

## A CM está aqui para si, sempre

### Skoebidoe

Aceda a [www.cm.be/skoebidoe](http://www.cm.be/skoebidoe) para mais informações e conselhos sobre vários temas. A primeira ecografia, o primeiro dente ou mesmo a primeira escola? Skoebidoe está consigo em todos os momentos! Pode também aproveitar as ofertas exclusivas Skoebidoe. Subscriba a newsletter Skoebidoe em [www.cm.be/skoebidoe-nieuwsbrief](http://www.cm.be/skoebidoe-nieuwsbrief) para não perder as últimas notícias Skoebidoe e acompanhar o desenvolvimento do seu bebé.

### Prenda CM para o bebé

Para os nascimentos, adoções ou acolhimento de longa duração, como pai, pode escolher entre um bónus de 130 euros ou vales-presente Dreambaby no valor de 180 euros. Deste montante, pode gastar 160 euros em toda a gama Dreambaby e 20 euros em tudo o que seja da Dreambee, a marca própria da Dreambaby<sup>(1)</sup>.

### Proteções para o sol

Ao registar o seu filho, a CM oferece-lhe duas práticas proteções contra o sol para colocar nos vidros do automóvel.

### Empréstimo de artigos de bebé

A Goed thuiszorgwinkel tem tudo o que precisa para o seu bebé. **Alugue** balanças, inaladores para bebés ou bombas de leite, etc. **a preços vantajosos para membros CM**. Visite [www.goed.be](http://www.goed.be) para encontrar uma Thuiszorgwinkel Goed perto de si.

### Workshop de massagem do bebé

Participe numa **sessão gratuita de massagem para bebés** com o seu bebé. Inscreva-se em [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda).

### Seguros CM<sup>(2)</sup>

- **CM-Hospitaalplan:** Tem um seguro de hospitalização da CM (CM-Hospitaalplan, CM-Hospitaalfix ou CM-Hospitaalfix Extra? Então, pode incluir, sem pagamento de prémio, a sua criança no seu seguro até ao final do ano civil em que completa os 2 anos de idade.
- **CM-MediKo Plan:** Não tem de ir parar ao hospital para se deparar com elevadas despesas médicas. Uma ida ao pediatra, uma consulta no fisioterapeuta, um par de óculos... Com o CM-Mediko Plan protege a sua família de avultadas despesas médicas.

### Taxa moderadora – crianças

A CM reembolsa 75% da taxa moderadora para as visitas médicas de crianças até aos seis anos, inclusive, sem franquia. Os membros com direito a reembolsos reforçados receberão o reembolso total da taxa moderadora.

### Osteopatia

Precisa de levar o seu filho ao osteopata? A CM comparticipa cada tratamento com 10 euros. No máximo pode receber 50 euros por pessoa por ano para tratamentos de osteopatia e quiroprática.

### Baby-sitters para crianças doentes

O seu filho adoeceu inesperadamente e você precisa de trabalhar? A CM pode organizar um(a) baby-sitter para cuidar do seu filho doente em sua casa, por um preço especial de 5 euros por hora (1,75 euros com reembolsos reforçados) para as primeiras 9 horas de babysitting por dia. Para mais informações ou para marcar um(a) baby-sitter, visite [www.cm.be/oppas-ziek-kind](http://www.cm.be/oppas-ziek-kind) ou ligue para +32 (0)78 05 01 09.

### Academia de saúde

Como CM Gezondheidsfonds, a CM oferece uma série de interessantes sessões de informação e webinars adaptados às famílias jovens. A série completa pode ser encontrada em [www.cm.be/agenda](http://www.cm.be/agenda).

<sup>(1)</sup> Sujeito à aprovação pelo Serviço de Verificação das Sociedades de Benefícios Mútuos para a Saúde.

<sup>(2)</sup> Fornecido pela MOB verzekeringen CM-Vlaanderen, uma seguradora com sede em Bruxelas e aprovada sob o número de código 150/01 para cobrir o ramo 2 "doença". Número de registo da empresa: 0851.601.503. Em caso de disputa, prevalecerão apenas os termos e condições gerais. Pode encontrá-los em [www.cm.be/verzekeringen](http://www.cm.be/verzekeringen).

**Se tiver perguntas específicas ou se necessitar de solicitar algum dos serviços acima referidos à CM, vá a [www.cm.be/faq-zwanger-geboorte](http://www.cm.be/faq-zwanger-geboorte) para obter respostas às suas perguntas. Ou vá a [www.cm.be/contact](http://www.cm.be/contact) e selecione a melhor forma de contactar a CM.**