



Livret d'accueil

Vivre en France





*L*ivret d'accueil



Pour les ressortissants
étrangers arrivant
en France

S

ommaire

La France

- > Les institutions 8
- > Le Contrat d'Accueil et d'Intégration (CAI) 13
- > Apprendre le français 14
- > Connaître sa ville 16
- > Demander la nationalité française 18

La vie professionnelle

- > L'accès au travail 20

La vie familiale

- > Les règles de la vie familiale 26
- > Faire garder son enfant 28

La vie scolaire

- > Le droit à l'école 32
- > Aider les enfants à réussir 34

La santé

- > L'accès aux soins et la protection sociale 38
- > La protection maternelle et infantile 42
- > La protection de la santé 45

La vie sociale

- > L'accès au logement 50
- > Vieillir en France 54

La vie pratique 57

*L*a France

- > *Les institutions*
- > *Le Contrat d'Accueil et d'Intégration (CAI)*
- > *Apprendre le français*
- > *Connaître sa ville*
- > *Demander la nationalité française*

Les institutions



La France compte
62 millions d'habitants.

75 % des personnes
résidant en France
vivent dans les villes.

La superficie
de la France est
de 551 000 km².

Elle fait partie des 27 États
de l'Union européenne.

Allemagne, Autriche, Belgique,
Bulgarie, Chypre, Danemark,
Espagne, Estonie, Finlande, France,
Grèce, Hongrie, Irlande, Italie,
Lettonie, Lituanie, Luxembourg,
Malte, Pays-Bas, Pologne, Portugal,
République tchèque, Roumanie,
Royaume-Uni, Slovaquie, Slovénie,
Suède.

La France est une République indivisible, laïque, démocratique et sociale. Elle assure l'égalité devant la loi de tous les citoyens sans distinction d'origine, de race ou de religion. Elle respecte toutes les croyances. Le pouvoir est exercé par le Président de la République, le Gouvernement et le Parlement. Le Président de la République est élu par tous les Français. Sous la direction du Premier ministre, nommé par le Président de la République, le gouvernement détermine et conduit la politique de la Nation. Le Parlement,

composé de l'Assemblée nationale (577 députés) et du Sénat (331 sénateurs) vote les lois. La France est divisée en 26 régions, et en 100 départements. Dans les régions et les départements, le gouvernement est représenté par les préfets mais il y a également des assemblées élues : le conseil régional et le conseil général. Chacun dans son rôle agit pour améliorer les conditions de vie : construction d'écoles, d'hôpitaux, de routes, d'équipements sportifs par exemple. Mais plus proche de vous, dans la ville ou le village où vous habitez, il y a le maire et son conseil municipal. La fête nationale est le 14 juillet qui est un jour férié, elle célèbre la révolution française de 1789.

> L'égalité des droits

Toute forme de discrimination, notamment raciale est interdite en France. La législation française se fonde sur l'article 1 de la déclaration des Droits de l'homme et du citoyen de 1789 mais aussi sur la Constitution de 1958 qui proclame l'égalité de tous les citoyens sans distinction d'origine, de race ou de religion. La France

dispose de lois qui permettent de réprimer les agissements discriminatoires tels que refuser de louer un logement, refuser un emploi ou l'ouverture d'un compte bancaire ou encore interdire la fréquentation d'un lieu public.

Malgré les campagnes pour lutter contre la xénophobie (hostilité

à l'égard des étrangers) et le racisme, vous pouvez rencontrer des manifestations d'intolérance ou de rejet. En cas d'attitudes ou de comportements manifestement répréhensibles, vous pouvez porter plainte auprès du commissariat de police, de la gendarmerie nationale ou du tribunal d'Instance.

> La Haute autorité de lutte contre les discriminations et pour l'égalité

Si vous estimez être victime de discrimination (inégalité de traitement), vous pouvez vous adresser à une autorité indépendante que le gouvernement a mis en place : la Haute autorité de lutte contre les discriminations et pour l'égalité (HALDE).

Cette institution a des pouvoirs importants et peut vous aider

à constituer un dossier pour saisir la justice ; elle peut aussi organiser une médiation entre vous et la personne ou l'organisme qui vous a discriminé. Vous devez écrire à la HALDE pour la saisir ou le faire avec une association ou encore vous adresser à un parlementaire ou à un représentant français au Parlement européen.

HALDE : 11, rue Saint-Georges - 75009 Paris.
Tél. : 08 1000 5000
<http://www.halde.fr/>



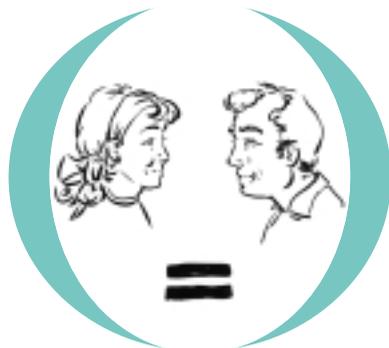
> L'égalité hommes et femmes

Le principe de l'égalité entre les hommes et les femmes est un principe fondamental de la société française. De façon générale, les femmes et les hommes ont les mêmes droits et les mêmes devoirs. Ce principe s'applique à tous ceux et toutes celles qui résident sur le territoire français. Dans la famille, le mari et la femme sont égaux et sont tous les deux solidaires des décisions importantes prises par le couple (choix du domicile, achats importants). Même si elle ne travaille pas, la femme doit par exemple signer la déclaration d'impôts du couple. La femme n'a pas besoin de l'autorisation de son mari pour travailler ni pour ouvrir un compte postal ou bancaire. En ce qui concerne les enfants, les parents exercent conjointement l'autorité parentale et tout ce qui concerne l'éducation de l'enfant.

La liberté de mariage est posée par des textes internationaux :

- l'article 6 de la Déclaration universelle des droits de l'homme
- l'article 12 de la Convention européenne des droits de l'homme.

Il ne peut y avoir de mariage s'il n'y a pas de consentement (article 146 du code civil). La volonté des deux futurs époux doit être consciente, sérieuse et intègre.



La liberté de mariage se définit comme la liberté de se marier ou de ne pas se marier, la liberté de choisir son conjoint, la liberté de rompre ses fiançailles et la liberté de vivre en couple hors mariage.

Le mariage forcé et la polygamie sont interdits en France. Les étrangers polygames ne peuvent avoir qu'une seule épouse en France. S'il apparaît qu'un étranger a fait venir une seconde épouse, le préfet peut lui retirer sa carte de résident. De façon générale, sachez que les conditions de logement et de ressources des familles polygames installées en France ne sont pas favorables à une bonne intégration, en particulier pour les enfants.

> La sûreté

La sûreté est un droit fondamental. Elle interdit que le corps humain soit traité comme un objet ou une marchandise. C'est pourquoi, en France, la loi interdit et condamne le travail forcé, l'esclavage, les trafics portant sur le corps humain et condamne les atteintes volontaires à la vie et à l'intégrité de la personne, les agressions physiques, les atteintes sexuelles et les mutilations sexuelles féminines (excision et infibulation).

Ainsi, toute personne ayant commis ou laissé commettre une mutilation permanente est punie de 10 ans d'emprisonnement et de 150 000 € d'amende. Les peines d'emprisonnement encourues sont plus sévères lorsque l'enfant a moins de 15 ans et que les parents ou toute autre personne ayant autorité sur l'enfant ont commis la mutilation (articles 222-9 et 222-10 du nouveau code pénal).

Les principales associations

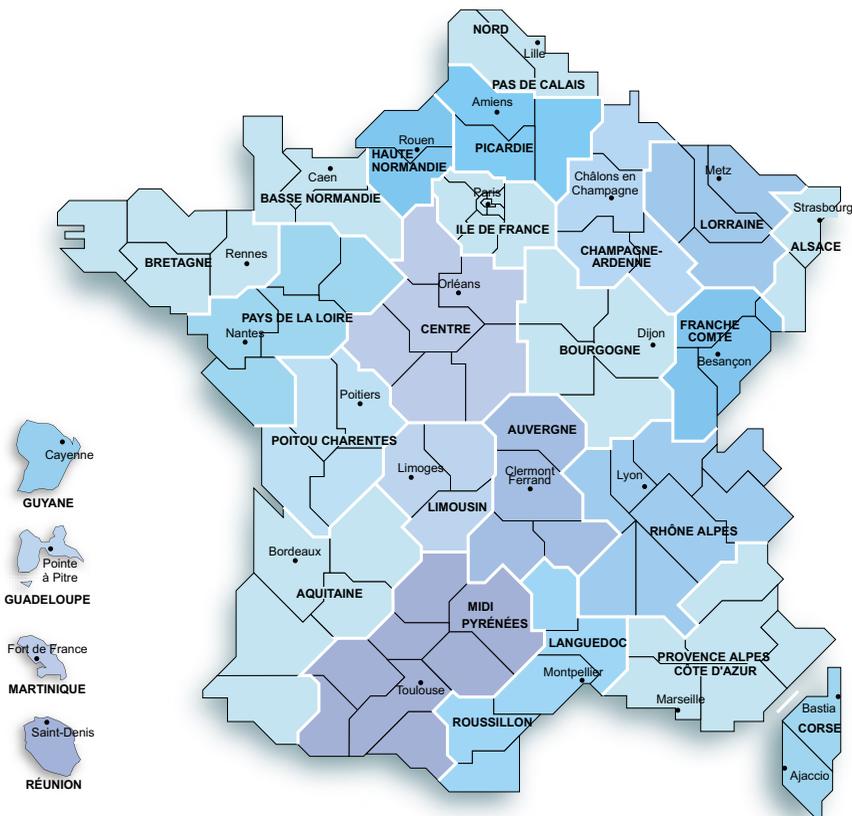
<p>CIMADE (service œcuménique d'entraide) Tél. : 01 44 18 60 50 www.cimade.org</p> <p>GISTI (Groupe d'information et de soutien des immigrés) Tél. : 01 43 14 60 66 www.gisti.org</p> <p>LICRA (Ligue internationale contre le racisme et l'antisémitisme) Tél. : 01 45 08 08 08 www.licra.org</p> <p>Ligue des droits de l'Homme Tél. : 01 56 55 51 00</p> <p>MRAP (Mouvement contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples) Tél. : 01 53 38 99 99 www.mrap.asso.fr</p> <p>Service écoute violence conjugale Tél. : 01 40 33 80 60 www.sosfemmes.com</p>	<p>CCEM (Comité contre l'esclavage moderne) Tél. : 01 44 52 88 90 www.esclavagemoderne.org</p> <p>SOS-racisme Tél. : 01 53 24 67 67 01 40 35 36 55 (Bureau National) www.sos-racisme.org</p> <p>GAMS (Groupe pour l'abolition des mutilations sexuelles) Tél. : 01 43 48 10 87 http://pagesperso-orange.fr/..associationgams</p> <p>ISM (Inter Services Migrants) 251, rue du Fg St Martin 75010 Paris Tél. : 01 53 26 52 50</p> <p>Infos-Migrants : Tél. : 01 53 26 52 82 (tous les jours sauf le week-end, de 9 h à 13 h et de 14 h à 16 h) www.ism-interpretariat.com</p> <p>ASSFAM (Association service social familles migrants) 5, rue Saulnier 75009 Paris Tél. : 01 48 00 90 70 www.assfam.org</p>
---	---

> Le climat

Ce qui frappe beaucoup d'étrangers lorsqu'ils arrivent en France, c'est le froid, la pluie, la neige. Surtout s'ils viennent de pays du sud. La France a beau être un pays tempéré, les hivers sont froids et le printemps et l'automne souvent frais. Il faut souvent se couvrir chaudement et acheter des vêtements d'hiver.

> Le changement d'heure

Dans la nuit du dernier dimanche de mars, on passe à l'heure d'été en se levant une heure plus tôt et ce jusqu'à la fin d'octobre où l'on retrouve l'heure d'hiver. Les radios et la télévision le font largement savoir.



Le Contrat d'Accueil et d'Intégration (CAI)



La France, en vous accueillant, vous a demandé de signer, avec l'État, un contrat d'accueil et d'intégration. En signant ce contrat, vous vous êtes engagé à respecter les valeurs fondamentales de la République que sont la démocratie, la liberté, l'égalité, la fraternité, la sûreté et la laïcité. Vous vous êtes engagé également à participer à la journée de formation civique, à suivre les cours de français si vous en avez besoin, et à vous rendre aux différents entretiens qui vous ont été fixés. Les efforts que vous aurez faits pour réussir votre intégration en France seront pris en compte au moment de votre première demande de renouvellement de votre titre de séjour ou de votre demande d'acquisition de la nationalité française. Ainsi, comme le précise la loi n° 2006-911 du 24/07/2006 relative à l'immigration et à l'intégration, il sera tenu compte de la signature du contrat d'accueil et d'intégration et du respect de ce contrat pour l'appréciation de la condition d'intégration républicaine dans la société française prévue par le code de l'entrée et du séjour des étrangers et du droit d'asile pour l'obtention de la carte de résident. L'obtention du DILF (diplôme initial de langue française) et la connaissance suffisante des principes qui régissent la République française constitueront en effet des éléments déterminants de cette appréciation.

Apprendre le français

Quand on s'installe dans un pays, il est indispensable pour bien y vivre d'apprendre sa langue.

La connaissance du français est le premier atout de votre intégration. C'est une clef importante pour faire toutes vos démarches, pour vous adapter au mieux à votre nouvel environnement social, familial et culturel, pour trouver du travail et progresser dans votre carrière mais aussi pour accéder plus facilement à la citoyenneté.

Au moment de votre accueil par l'Agence Nationale de l'Accueil des Étrangers et des Migrations (ANAEM) et de la signature du CAI, un bilan linguistique déterminera si vous avez d'importantes difficultés à parler, à écrire et à comprendre le français et précisera vos besoins d'apprentissage de la langue.

Si tel est le cas, l'ANAEM vous orientera vers une formation obligatoire pour apprendre le français. Dans la mesure du possible, les cours seront à une distance raisonnable de votre domicile ; ils seront adaptés à vos besoins (cours d'alphabétisation ou de français langue étrangère) et à vos contraintes personnelles (formations de 6 à 30 heures par semaine ;



cours la journée, le soir, ou le samedi).

Ces cours vous permettront de maîtriser les bases de la langue française et donc de pouvoir effectuer seul(e) les démarches de la vie courante. Cette formation linguistique est destinée à atteindre le niveau requis pour le DILF. À l'issue de cette formation vous passerez le DILF. Ce diplôme officiel vous permettra d'attester que vous avez bien rempli les engagements linguistiques prévus par le contrat d'accueil et d'intégration. Il sera également tenu compte de ce document pour l'appréciation de la condition d'intégration républicaine dans la société française prévue par le code de l'entrée et du séjour des étrangers et du droit d'asile, à l'occasion de la première demande de renouvellement de votre titre de séjour.

La formation linguistique est prise en charge par l'État pour toutes les personnes qui ont d'importants besoins d'apprentissage du français : elle est donc **gratuite** pour vous. Si vous avez des enfants de moins de 6 ans, des garderies sont parfois organisées.

Les bilans et les cours de langue sont organisés et financés



par l'Agence Nationale de l'Accueil des Étrangers et des Migrations (ANAEM), qui sélectionne des prestataires sur tout le territoire.

Toutes les informations pratiques pourront vous être données par l'ANAEM au moment de votre accueil.

Informations pratiques

Si la formation linguistique ne vous est pas prescrite dans le cadre du CAI mais que vous souhaitez perfectionner vos connaissances en français, l'ANAEM tient à votre disposition les coordonnées des organismes de formation linguistique.

Vous pouvez également vous adresser à la mairie de votre lieu de résidence, ou à des associations de votre quartier.

ANAEM (Agence Nationale de l'Accueil des Etrangers et des Migrations)
44, rue Bargue 75015 PARIS - Tél. : 01 53 69 53 70 - www.anaem.fr

Connaître sa ville



Si vous venez d'arriver, la première chose à faire, c'est de découvrir la ville où vous habitez, repérer la mairie, les commerçants,

le marché, l'école, la caisse de sécurité sociale (CPAM), la caisse d'allocations familiales (CAF), le service de protection maternelle et infantile (PMI), le dispensaire ou l'hôpital...

De nombreuses mairies publient des guides d'accueil dans lesquels vous trouverez toutes sortes d'adresses utiles et de renseignements pratiques.

C'est à la mairie que l'on célèbre les mariages civils et que l'on déclare les naissances et les décès. C'est aussi en général les mairies qui s'occupent de la caisse des écoles pour la cantine et des dossiers de demande de logement. On y trouve aussi les renseignements sur les différentes activités organisées dans la ville, activités sociales, culturelles et de loisirs.

> Mémento personnel à remplir Adresses de votre quartier

La mairie

Adresse :

Tél. :

Fax :

L'école

Adresse :

Tél. :

Fax :

Le médecin

Adresse :

Tél. :

Fax :

La sécurité sociale

Adresse :
Tél. :
Fax :

La caisse d'allocations familiales

Adresse :
Tél. :
Fax :

La poste

Adresse :
Tél. :
Fax :

Le commissariat

Adresse :
Tél. :
Fax :

Les marchés

Adresse :
.....
.....

Cours de français

Adresse :
Tél. :
Fax :

Associations

Adresse :
Tél. :
Fax :

Autre :

Tél. :
Fax :

Demander la nationalité française



Il existe plusieurs procédures pour devenir Français mais devenir Français est un choix important qui vous engage fortement vous et vos enfants et qui

suppose une adhésion aux valeurs de la République et une volonté que l'avenir de ce pays mais aussi son passé soit désormais le vôtre.

Si vous êtes marié(e) à une personne de nationalité française, vous pouvez acquérir la nationalité française par déclaration.

C'est au **tribunal d'instance** compétent pour votre domicile (renseignez-vous sur son adresse auprès de votre mairie) que vous devez souscrire votre déclaration, accompagnée des pièces qui la justifient.

Pour acquérir la nationalité française à raison du mariage, il faut :

Être marié(e) avec un conjoint de nationalité française depuis

quatre ans à condition que la communauté de vie n'ait pas cessé et que le conjoint étranger justifie d'une connaissance suffisante de la langue française.

Vous pourrez également devenir Français en déposant une demande de naturalisation auprès de la préfecture de votre domicile après cinq années de résidence en France. Ce délai peut être réduit ou supprimé dans certaines conditions notamment si vous avez obtenu le statut de réfugié de l'OFPRA (Office Français de Protection des Réfugiés et Apatrides).

Quelle que soit la procédure, la connaissance du français est indispensable.

Les formations qui vous sont proposées dans le cadre du contrat d'accueil et d'intégration, vous permettront d'acquérir les premières compétences dans ce domaine. Ces formations sont sanctionnées par un diplôme (DILF).

Pour en savoir plus vous pouvez consulter la mairie, la préfecture ou le tribunal d'instance ainsi que le site Internet :

www.service-public.fr
rubrique étrangers en France.

L *a vie* *professionnelle*

> *L'accès*
au travail

L'accès au travail

Avoir un emploi, c'est important. Si vous désirez travailler, vous devez avoir un titre qui vous y autorise.

Si vous êtes titulaire d'une carte de résident (d'un certificat de résidence de 10 ans pour les Algériens), d'une carte de séjour temporaire portant la mention « salarié »



ou d'une carte de séjour temporaire notamment « Vie privée et familiale », vous pouvez travailler sans effectuer d'autres démarches administratives. Dans tous les autres cas, il convient de s'adresser à la préfecture du département où vous résidez.

À partir de 16 ans, les jeunes qui souhaitent travailler doivent être titulaires d'un titre de séjour les y autorisant.

> Trouver un emploi

La France compte environ 1,6 million d'étrangers actifs, dont 1,3 million occupent un emploi, le plus souvent dans le secteur tertiaire (services). Mais trouver un travail n'est pas facile car il y a encore du chômage en France. L'Agence nationale pour l'emploi (ANPE) peut vous aider à trouver du travail. Vous pouvez aussi vous rendre dans une agence d'intérim (Adecco, Adia, Manpower, etc.), ou faire appel à votre famille ou à vos amis.

Bien parler la langue française et améliorer vos qualifications professionnelles par une formation

vous aideront à trouver plus facilement un emploi. La maîtrise de la langue française est une compétence professionnelle, ce qui signifie que tous les salariés peuvent suivre à leur initiative une formation linguistique rémunérée.

En France, la discrimination est un délit : si vous avez toutes les conditions pour accéder à une formation ou un stage, ou si vous avez les compétences nécessaires pour exercer un emploi, personne ne peut vous discriminer en raison de votre race, religion ou appartenance.

Attention, l'exercice de certaines professions est soumis à des conditions particulières (les professions médicales, paramédicales, sociales,

d'enseignement, les pharmaciens, les médecins vétérinaires, les architectes, les comptables, les avocats, les sportifs professionnels, etc.).

Informations pratiques

Où vous adresser pour trouver un emploi ?

À l'Agence Nationale pour l'emploi (ANPE) - www.anpe.fr

L'Agence Locale pour l'Emploi la plus proche de votre domicile vous aidera à trouver un emploi ou une formation et peut vous proposer d'effectuer un bilan de compétences.

Vous pouvez consulter auprès de l'ANPE les offres d'emploi, demander un entretien avec un agent qui vous renseignera sur les métiers et les formations et vous aidera à sélectionner les offres d'emploi.

Vous pouvez aussi répondre aux petites annonces qui paraissent dans les journaux, vous adresser à une entreprise de travail temporaire ou envoyer directement des lettres de candidatures aux entreprises.

Dans les missions locales (ML) ou les permanences d'accueil d'information et d'orientation (PAIO).

Si vous êtes âgé de 16 à 25 ans, vous pouvez vous adresser à ces organismes qui existent dans de nombreuses villes. Ils vous proposeront des mesures d'insertion (stages de formation ou contrats d'insertion) et pourront vous aider à résoudre vos problèmes de logement et de santé.

Quelles sont les démarches à suivre ?

Si vous possédez un titre vous autorisant à travailler, il est conseillé de vous inscrire comme demandeur d'emploi auprès des ASSEDIC. Cette inscription vous permettra d'accéder plus facilement à des actions de formations éventuellement gratuites ou à des mesures d'aide à l'emploi.



> Les conditions de travail

Depuis le 1^{er} janvier 2002, la durée légale du temps de travail est fixée à 35 heures de travail par semaine pour l'ensemble des salariés. La durée du temps de travail est affichée dans les locaux de votre entreprise.

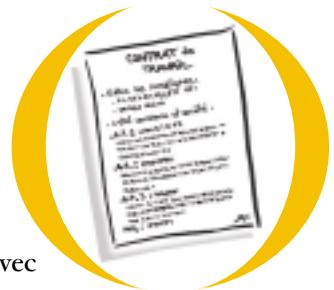
En France, les lois et règlements inscrits dans le code du travail fixent le cadre général des relations

de travail. Ils s'appliquent à tous, Français et étrangers. Dans la plupart des secteurs d'activité, des conventions collectives accordent des dispositions plus favorables aux salariés, en matière de salaire et de conditions d'emploi. L'inspection du travail et les Conseils de Prud'hommes veillent au respect de ces droits.

> Le contrat de travail

Entre votre employeur et vous-même un contrat de travail est conclu ; à votre demande, le contrat de travail peut être traduit dans votre langue. Il précise notamment les engagements réciproques de l'employeur et du salarié : la durée et le lieu de travail, le salaire prévu. Vous pouvez obtenir des informations sur les différents types de contrats de travail auprès de l'ANPE.

Il existe également des contrats de travail en alternance avec des formations professionnelles et des contrats spécifiques pour les jeunes de moins de 25 ans. Renseignez-vous auprès de l'ANPE ou de la PAIO.



Il existe différents types de contrats de travail notamment :

- Le contrat à durée indéterminée ;
- Le contrat à durée déterminée ;
- Le contrat de travail temporaire ;
- Le contrat d'insertion.

> Le salaire

Aucun salaire ne peut être inférieur au montant du salaire minimum interprofessionnel de croissance (SMIC) dont le montant est actualisé chaque année.

Votre employeur doit vous remettre un bulletin de paie une fois par mois. Ce bulletin que vous devez conserver, vous permet notamment de connaître le montant de votre salaire et la façon dont il a été calculé.

SMIC : 8,71 € de l'heure (taux au 1^{er} juillet 2008).

Pour un même travail, hommes et femmes doivent recevoir le même salaire.

> Les congés

Vous avez droit chaque année à des congés payés si vous avez travaillé au moins un mois entre le 1^{er} juin de l'année précédente et le 31 mai de l'année en cours. Les dates des congés sont fixées en accord avec l'employeur.



> La protection sociale

Votre employeur doit vous déclarer auprès de la sécurité sociale dans les 8 jours qui suivent votre embauche.

Cette déclaration est importante puisqu'elle vous permet d'obtenir des droits en matière de sécurité sociale et de retraite, ou en cas d'accident du travail.

> La liberté syndicale

Le syndicat a pour objet la défense des droits et des intérêts des salariés.

Tout salarié, quel que soit son âge ou sa nationalité est libre d'adhérer ou non au syndicat de son choix. Tout étranger âgé de plus de 18 ans peut assurer des fonctions de direction ou d'administration au sein du syndicat s'il n'a pas été condamné à une peine privative des droits civiques.

> Le délégué du personnel

Dans toute entreprise d'au moins 11 salariés, il doit y avoir un délégué du personnel. Il a un rôle important.

Il présente à l'employeur les réclamations individuelles et collectives des salariés (salaires, indemnités, conditions de travail). Il est consulté par l'employeur sur un certain nombre de points. Il peut saisir l'inspecteur du travail des plaintes et observations des salariés sur les conditions de travail dans l'entreprise, l'application de la réglementation relative aux salaires, aux congés payés, à la durée du travail... Sous réserve de remplir certaines conditions d'ancienneté dans l'entreprise, vous pouvez élire le délégué du personnel ; vous pouvez également être élu quelle que soit votre nationalité.

> Le rôle de l'inspection du travail et des Conseils de Prud'hommes

L'inspection du travail veille à l'application du droit du travail à l'intérieur de l'entreprise. Elle a aussi un rôle de conseil et de conciliation auprès des employeurs et des salariés pour prévenir les conflits. L'inspection du travail est rattachée à la direction départementale du travail, de l'emploi et de la formation professionnelle. Dans chaque entreprise, l'adresse et le numéro de téléphone de l'inspection du travail doivent être affichés.

Les Conseils de Prud'hommes sont chargés de régler les conflits entre employeurs et salariés qui peuvent survenir notamment à l'occasion de l'exécution d'un contrat de travail ou à l'occasion d'un licenciement.

Vous pouvez participer aux élections des conseillers prud'hommes.

Informations pratiques :
www.travail.gouv.fr

L *a vie familiale*

- > *Les règles de la vie familiale*
- > *Faire garder son enfant*

Les règles de la vie familiale

Les parents ont une responsabilité décisive à l'égard de leur enfant. Ils détiennent l'autorité parentale qui est un ensemble de droits et de devoirs ayant pour finalité l'intérêt de l'enfant. Il appartient aux parents de protéger l'enfant dans sa sécurité, sa santé et sa moralité, d'assurer son éducation, de permettre son développement dans le respect dû

à sa personne. Il s'agit pour les parents de permettre à l'enfant de construire sa propre identité et de devenir autonome afin de trouver sa place dans la société.



> La protection de l'enfant

À la maison vous devez veiller sur vos enfants. Attention aux produits ménagers et aux endroits dangereux : cuisine, fenêtre, etc. La vie dans les villes est parfois dangereuse. Ne laissez pas vos enfants sortir seuls le soir, surtout tard dans la nuit. Ne les laissez pas seuls non plus jusqu'à l'âge de huit ans pour traverser les rues et les routes, ils sont trop petits pour réaliser la vitesse d'un véhicule.

> Les difficultés des relations familiales

Il arrive que les relations au sein de la famille soient difficiles, voire violentes. Cette violence peut prendre des formes très variées, qui passent par la violence physique, verbale, sexuelle. Elle concerne tous les milieux sociaux et toutes les cultures, elle peut aussi toucher les enfants. Si vous rencontrez de telles difficultés, vous pouvez en parler au médecin, à l'assistante sociale ; des services existent pour aider les parents et les enfants.

Si vous souhaitez être aidé dans votre vie familiale, vous pouvez demander soutien et conseils à des professionnels qui sont là pour vous conseiller et vous permettre de surmonter les difficultés que vous rencontrez (assistante sociale, de secteur ou scolaire, service de protection maternelle et infantile par exemple). N'hésitez pas à faire appel à ces professionnels : des consultations médicales, des aides à domicile (intervention d'une aide ménagère, d'une travailleuse familiale, action éducative à domicile) ou des aides financières peuvent vous être proposées.

> Les prestations familiales

Toute famille a droit, pour l'aider à assumer financièrement la charge de l'entretien et de l'éducation de ses enfants, à des prestations familiales, qui sont des aides financières versées par la caisse d'allocations familiales. Ces aides peuvent être

universelles ou sous condition de ressources, généralistes ou liées à une situation particulière (garde d'un jeune enfant, enfant handicapé, rentrée scolaire, logement...). N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre CAF www.caf.fr

Service écoute violence conjugale

Tél. : 3919 - www.sosfemmes.com

Centre national d'information et de documentation des femmes et des familles (CNIDFF) - Tél. : 01 42 17 12 00

Allô enfance maltraitée - Tél. : 119 (numéro d'appel gratuit)

**GRAMS (Groupe femmes pour l'Abolition des Mutilations Sexuelles)
66, rue des Grands Champs 75020 Paris - Tél. : 01 43 48 10 87**

Faire garder son enfant

Lorsque les deux parents travaillent et que l'enfant ne fréquente pas encore l'école maternelle, plusieurs solutions s'offrent à la famille pour faire garder son enfant.

L'un des deux parents peut interrompre partiellement ou totalement son activité professionnelle pour s'occuper de son enfant. Sous réserve de remplir certaines conditions, la famille recevra une prestation familiale versée par la CAF, compensant partiellement la perte de revenus liée à l'interruption de l'activité professionnelle.

Pour les parents qui font le choix de continuer de travailler, il existe différents modes d'accueil, collectif ou individuel. Il existe également des possibilités d'accueil lorsque la mère ne travaille pas. Le recours à ces lieux est payant et le coût pour la famille est fonction de ses revenus (environ 12 % des revenus mensuels de la famille pour un accueil à temps plein).

Tous les modes d'accueil présentés dans ce document, à l'exception de la garde au domicile des parents, font l'objet d'un agrément et d'une surveillance des services de protection maternelle et infantile du département (la PMI), qui en garantissent la sécurité et la qualité.

> Les modes d'accueil collectif

L'accueil collectif est assuré par une équipe de professionnels qualifiés, dans des locaux spécialement aménagés qui favorisent le développement affectif, intellectuel et physique de l'enfant.



- La crèche collective accueille à la journée, de façon régulière, à temps plein ou à temps partiel les enfants de moins de 3 ans dont les deux parents exercent une activité professionnelle, suivent une formation ou recherchent un emploi. Ce mode de garde est très demandé par les familles et il est parfois difficile d'y obtenir une place. Il est recommandé de se renseigner dans les premiers mois de la grossesse.
- La halte-garderie accueille de manière occasionnelle (quelques heures à deux jours par semaine) les enfants de moins de 6 ans afin de permettre aux parents de se libérer pour des activités personnelles ou sociales.

Elle offre aux enfants des occasions de rencontres avec d'autres enfants, d'autres adultes et des activités d'éveil et de socialisation, et peut les préparer à l'entrée à l'école maternelle.

- La crèche familiale ou la halte-garderie parentale sont des petites structures (20 places au maximum), gérée par une association de parents qui participent, au côté d'une équipe professionnelle, à l'accueil des enfants et au fonctionnement de la structure.

> Les modes d'accueil individuel

L'enfant est alors accueilli par une seule personne dans un cadre familial.

- Les assistantes maternelles agréées accueillent à leur domicile de 1 à 3 enfants. La majorité d'entre elles sont employées directement par les parents, qui reçoivent alors la prestation familiale d'aide au jeune enfant (PAJE), qui prend en charge une partie importante du salaire de l'assistante maternelle. Les autres sont employées dans des crèches familiales, qui leur assurent un encadrement et proposent des activités d'éveil pour les enfants. La garde chez une assistante maternelle est le mode d'accueil le plus répandu en France.

- L'enfant peut également être gardé au domicile familial par une personne employée directement par les parents, ou par un service aux personnes agréé par les pouvoirs publics. Dans les deux cas les parents reçoivent une prestation familiale (la PAJE), qui prend en charge une partie du coût de la garde. Les personnes employées directement par les parents ne sont pas soumises à agrément, mais leur emploi doit s'effectuer selon les règles du code du travail et d'une convention collective. Ce mode d'accueil est beaucoup plus coûteux que les autres, à moins d'avoir plusieurs enfants de moins de six ans ou de s'associer avec une autre famille.

> Comment faire garder votre enfant lorsqu'il va à l'école ?

En dehors du temps scolaire, les centres de loisirs sans hébergement et les garderies périscolaires accueillent les enfants et leur proposent des activités de loisirs. Dans ce cadre, les enfants peuvent être accueillis, le matin avant la classe et le soir après la classe, dans les locaux mêmes de l'école maternelle. Le mercredi et pendant les vacances scolaires,

les centres de loisirs sans hébergement accueillent également les enfants toute la journée.

Les municipalités proposent des séjours en colonie de vacances à la mer, à la montagne ou à la campagne.

L'accès à ces lieux est également payant et modulé en fonction des revenus.

Les enfants scolarisés peuvent également, comme les enfants plus jeunes, être accueillis par une assistante maternelle agréée ou une employée au domicile des parents, avec une aide financière de la CAF lorsqu'ils sont âgés de moins de six ans.

Informations pratiques

Pour en savoir plus sur les modes d'accueil du jeune enfant et sur les aides, et pour vous aider dans votre choix d'un mode d'accueil, renseignez-vous auprès de votre mairie, du centre de protection maternelle et infantile (PMI) ou auprès de la caisse d'allocations familiales (CAF).

www.caf.fr

Chèque Emploi Service Universel (CESU)

www.cesu.urssaf.fr

L *a vie scolaire*

- > *Le droit
à l'école*
- > *Aider les enfants
à réussir*

Le droit à l'école

Aujourd'hui, plus de quatorze millions d'enfants et de jeunes fréquentent les écoles, les collèges et les lycées français. Votre fille, votre fils sont parmi eux. Qu'ils soient nés ici ou ailleurs, vos enfants ont le droit d'apprendre et la possibilité de réussir. L'école est un droit pour tous ceux qui vivent en France, qu'ils soient français ou étrangers. Un droit si important qu'il est inscrit dans la Constitution française.



> Inscrire les enfants

Pour que vos enfants puissent aller à l'école, il faut d'abord les inscrire. Si vous avez des jeunes enfants qui ne vont pas encore en classe, la première chose à faire est d'aller à la mairie. On vous demandera seulement trois documents : une quittance de loyer ou d'électricité, un acte de naissance de votre enfant et son carnet de santé. Pour les enfants de plus de onze ans, vous devez vous rendre directement au collège

qui vous est indiqué par l'Éducation nationale. Si les parents n'envoient pas en classe tous leurs enfants entre 6 et 16 ans, on peut leur retirer les allocations familiales.

Presque tous les enfants fréquentent l'école maternelle dès l'âge de trois ans, et parfois dès deux ans. La grande majorité des élèves poursuit des études jusqu'à 18 ans et souvent au-delà.

Pour que personne n'hésite à y inscrire ses enfants, l'école est gratuite et les professeurs sont payés par l'État. Et depuis que l'école est gratuite, elle est aussi obligatoire.

> Accueillir tous les enfants

L'école française veut donner des chances égales de réussite à tous les élèves. Tous les enfants y sont accueillis de la même façon quels que soient leur origine, leur religion, la couleur de leur peau et leur sexe.

C'est pourquoi garçons et filles étudient ensemble dans toutes les classes. Quand ils vont à la piscine ou au gymnase, ils trouvent toujours des vestiaires séparés. Il faut savoir aussi que l'école ne prend jamais parti, ni pour une politique ni pour une religion.

Simplement tout le monde doit respecter la loi et respecter les droits fondamentaux de l'être humain qui sont résumés par la devise « Liberté, Égalité, Fraternité ».

Ces règles permettent de respecter la religion et les opinions de chacun et d'accueillir tous les enfants dans les mêmes écoles.

Les croyances de chacun ne doivent pas gêner ou choquer les autres. C'est pourquoi les enfants n'ont pas le droit de faire de la publicité religieuse ou politique. Cela n'empêche personne de penser ou de croire ce qu'il veut, ou de recevoir un enseignement religieux en dehors de l'école

et des horaires scolaires. Si la religion interdit à vos enfants de manger du porc, on leur servira autre chose à la cantine.

La loi du 15 mars 2004, en application du principe de laïcité, interdit le port de signes ou de tenues manifestant une appartenance religieuse dans les écoles, collèges et lycées publics. Elle témoigne de la volonté des représentants de la Nation de conforter l'école de la République. Elle est prise en application du principe constitutionnel de laïcité qui est un des fondements de l'école publique.

L'école a pour mission de transmettre les valeurs de la République parmi lesquelles l'égalité de dignité de tous les êtres humains, l'égalité entre les hommes et les femmes et la liberté de chacun y compris dans le choix de son mode de vie. Il appartient à l'école de faire vivre ces valeurs, de développer et de conforter le libre arbitre de chacun, de garantir l'égalité entre les élèves et de promouvoir une fraternité ouverte à tous. En protégeant l'école des revendications communautaires, la loi conforte son rôle en faveur d'un vouloir-vivre ensemble. Elle doit le faire de manière d'autant plus exigeante qu'y sont accueillis principalement des enfants.

Aider les enfants à réussir

À l'école, vos enfants vont beaucoup apprendre ; ils vont se faire des amis. Ils vont préparer aussi leur avenir professionnel et personnel. Vous pouvez les aider à réussir.

Vous aurez peut-être à acheter des crayons, certains cahiers et le matériel que demandent les professeurs. Mais les livres sont prêtés gratuitement à l'école et au collège. Vos enfants doivent en prendre soin car ils serviront à d'autres élèves l'année suivante.

Pour vous aider à payer les fournitures ainsi que la cantine, vous pouvez demander les aides à la scolarité versées par les Caisses d'Allocations Familiales (CAF). Quand vos enfants ont du mal à suivre, montrez-leur que vous voulez les aider à surmonter les difficultés. Chaque soir, demandez ce qu'ils ont à faire pour l'école. S'il y a trop de bruit autour d'eux à ce moment-là, ils n'y arriveront pas. Éteignez donc la télévision ! Mais sachez qu'ils peuvent aussi faire leur travail du soir à l'école ou au collège si vous les avez inscrits à « l'étude » ou dans une association d'aide



au travail scolaire. Si votre enfant a la chance de partir avec toute sa classe à la mer ou à la montagne, vous aurez une partie du prix du voyage à payer. En cas de difficultés financières, une assistante sociale peut vous aider. Ces « classes de neige » ou ces « classes vertes » ne sont pas des vacances et font partie de l'enseignement. On y fait du sport mais on continue de travailler aussi et les enfants reviennent ravis.

Votre premier devoir de parent est de vérifier que vos enfants ne manquent pas la classe. Mais le plus grand service est de suivre leur travail.

> Rencontrer les professeurs

Tout ce qui se passe à l'école vous concerne personnellement puisque l'avenir de vos enfants est en jeu. N'hésitez donc pas à aller vous-même le plus souvent possible à l'école, au collège ou au lycée. Tous seront

heureux de vous rencontrer. Parfois, ce sont les enseignants qui demandent eux-mêmes à vous rencontrer, vous l'apprenez en consultant régulièrement le « carnet de correspondance » de vos enfants. Ce carnet vous indique ce qui se passe dans sa classe. Le mieux est de

le demander chaque soir : vous y trouvez des informations sur ce qui se fait en classe, sur le travail de votre enfant, l'absence d'un professeur, une sortie organisée par l'établissement, etc. Vous devez signer ce carnet régulièrement pour que le professeur sache que vous l'avez regardé.

Au début de l'année et à chaque fois qu'une difficulté se présente, allez rencontrer les professeurs de vos enfants. S'il y a un problème plus grave, demandez à être reçu par le directeur.

> Être parent d'élève

Si vous ne comprenez pas assez bien le français, demandez à une personne de votre connaissance de vous aider à lire le carnet de correspondance, de vous accompagner auprès des enseignants. Même si vous ne comprenez pas bien ce que vos enfants apprennent, il est important de les encourager et de suivre régulièrement leur travail pour qu'ils réussissent à l'école.

Si, malgré vos efforts, votre enfant est en difficulté, l'école peut lui proposer, en fin de cycle, de « redoubler », c'est-à-dire de passer une seconde année dans la même classe. Vous n'êtes pas obligé d'accepter et vous avez

intérêt à en discuter avec les enseignants et les représentants des parents d'élèves. Mais le redoublement n'est pas une punition !

Que vous soyez français ou étranger, vous pourrez voter pour choisir les parents qui vous représenteront auprès des professeurs et de l'administration. Vous pourrez vous-même vous présenter et être élu.

Pour être au courant de ce qui se passe à l'école, vous pouvez adhérer à une association de parents d'élèves qui représente les familles et travaille pour améliorer l'école.

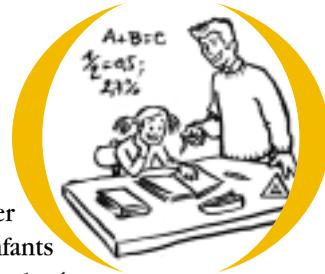
> Comprendre pour choisir l'avenir

Sachez que la maternelle est une véritable école car elle prépare aux apprentissages de l'école élémentaire à partir de jeux, de chants, et de comptines. Elle apprend aux enfants à vivre ensemble, à se respecter, à communiquer. Elle est si importante que les enfants qui la fréquentent réussissent mieux ensuite.

À 6 ans, vos enfants entrent à la « grande école » (l'école élémentaire). Ils apprennent le français, les mathématiques, l'histoire, la géographie, y font du sport et de la musique. Vers 11/12 ans, vient le temps du collège puis, quatre ans plus tard, l'entrée au lycée. Les élèves découvrent un professeur différent pour chaque matière et des horaires

qui changent selon les jours.

Pour vous aider à suivre vos enfants au collège et au lycée, vous pouvez contacter le professeur principal de la classe de chaque enfant.



Surveiller les études de vos enfants devient encore plus important. Il faut les aider à choisir la meilleure voie vers des études longues générales, technologiques ou professionnelles.

Les professeurs, les associations de parents d'élèves, le conseiller d'orientation, le psychologue ou l'assistante sociale peuvent également vous aider.

Informations pratiques

La scolarité en France

L'école maternelle : entre 2 et 6 ans

L'école élémentaire : entre 6 et 11 ans

Le collège : entre 11 et 16 ans

Le lycée : entre 16 et 18 ans

L'université, les grandes écoles : au-delà de 18 ans

www.education.gouv.fr - www.onisep.fr

Attention École

Avant de laisser votre enfant se rendre seul à l'école, assurez-vous qu'il a bien compris les règles de sécurité et qu'il a la maturité suffisante pour le faire.

L a santé

- > *L'accès aux soins
et la protection sociale*
- > *La protection
maternelle et infantile*
- > *La protection
de la santé*

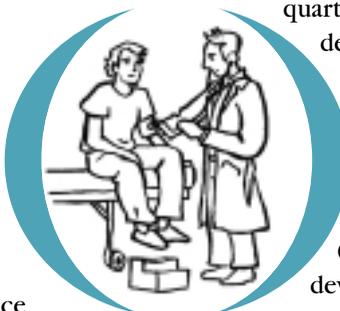
L'accès aux soins et la protection sociale

En France, les pouvoirs publics attachent une attention particulière à la santé de la population, le budget consacré à la santé publique est l'un des plus importants de l'Europe.

La santé publique a pour objet de veiller sur la santé globale de la population, en lui garantissant l'égalité d'accès aux soins et en mettant en place les moyens de prévention et d'hygiène. Ces moyens ont un coût très élevé pour la collectivité. Il appartient à chacun d'éviter les usages abusifs, en utilisant par exemple les médicaments génériques dont le coût est moindre et l'efficacité égale.

Il existe une charte du patient hospitalisé qui définit les droits des malades appelés à séjourner dans un hôpital public ou privé. De votre côté, vous devez respecter l'organisation propre à chaque établissement de soins.

Dans les grands hôpitaux, des interprètes sont parfois présents, vous pouvez leur demander de l'aide.



> L'accès aux soins

Si vous êtes malade, vous avez libre choix comme tout assuré social de consulter un médecin de votre quartier souvent appelé médecin de ville, ou un médecin d'un hôpital ou d'une clinique. Depuis le 1^{er} janvier 2005, vous devez indiquer à votre caisse de sécurité sociale le nom de votre médecin traitant (médecin habituel) que vous devrez consulter obligatoirement avant d'aller consulter un spécialiste*. Si vous ne respectez pas cette procédure la consultation chez le spécialiste sera plus chère. Renseignez-vous auprès de votre caisse de sécurité sociale.

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, le médecin peut se rendre à votre domicile à votre demande mais attention, la consultation est plus chère. Les hôpitaux peuvent aussi vous accueillir en cas d'urgence.

Quand vous allez en consultation chez le médecin ou à l'hôpital, vous devez toujours prendre votre carnet de santé sur lequel le médecin inscrira le traitement prescrit.

* (Sauf gynécologue, ophtalmologue, neurologue, neuropsychiatre et psychiatre).

> La protection sociale

En France, toute personne exerçant une activité salariée est immatriculée à la sécurité sociale et bénéficie d'un régime d'assurance maladie et d'un remboursement partiel des frais médicaux en cabinet de ville ou à l'hôpital, comme des examens de laboratoires ou des médicaments.

Si vous ne travaillez pas, et si votre conjoint est immatriculé à la sécurité sociale et à condition que vous soyez en possession d'un titre de séjour ou d'un récépissé de titre ou

de demande de titre, vous bénéficiez ainsi que vos enfants du remboursement des frais médicaux.

Dans tous les autres cas et dans la mesure où vous résidez depuis plus de trois mois sur le territoire français, vous bénéficiez de la couverture maladie universelle (CMU) qui vous assure une protection sociale identique à celle d'un salarié. Renseignez-vous sur les démarches à effectuer auprès de votre caisse primaire.

> La carte vitale

Elle atteste de votre immatriculation à la sécurité sociale.

Elle contient les informations relatives à votre caisse d'affiliation, la validité de vos droits, vos ayants droits avec leur date de naissance ainsi que votre numéro de sécurité sociale.

Cette carte vous est adressée avec une attestation papier. Vous devez la conserver, elle peut vous être



demandée par différents organismes.

La sécurité sociale ne rembourse jamais intégralement les frais engagés.

Il reste à la charge de l'assuré une partie appelée « ticket modérateur » et depuis le 1^{er} janvier 2005, une participation forfaitaire d'un euro reste à votre charge.

Par ailleurs, en cas d'hospitalisation un forfait journalier hospitalier est dû par journée d'hospitalisation (16 € en 2007). Ce forfait n'est pas pris en charge par l'assurance maladie.

Pour être mieux remboursé, il est conseillé de souscrire une assurance complémentaire auprès d'une mutuelle ou d'un organisme d'assurance.

Si vous attendez un enfant, vérifiez si vous avez droit à l'assurance maternité. Dans ce cas, la sécurité

sociale rembourse à 100 % les frais occasionnés par la grossesse et l'accouchement sur la base du taux de remboursement de la sécurité sociale (remarque : les bénéficiaires de l'assurance maternité bénéficie d'une prise en charge du forfait journalier hospitalier).

Renseignez-vous auprès de l'hôpital ou de la clinique sur les démarches à effectuer auprès de votre centre de sécurité sociale pour ne pas avoir à faire l'avance des frais d'hospitalisation.

> La couverture maladie universelle complémentaire

Pour les personnes dont les revenus sont inférieurs à un plafond fixé à 7 447 € par an au 01/07/08, vous pouvez bénéficier d'une couverture complémentaire gratuite pour les soins qui ne sont pas pris en charge par la sécurité sociale.

Renseignez-vous auprès de votre caisse primaire pour les démarches à effectuer.

Cette couverture vous garantit un accès aux soins sans avance de frais



Informations pratiques

Attention : le coût de la consultation de certains médecins peut dépasser le taux de remboursement de la sécurité sociale. N'hésitez pas en prenant rendez-vous, à demander le coût de la consultation.

et prend en charge le ticket modérateur et le forfait journalier hospitalier.

Pour les assurés sociaux, il existe également des centres de santé qui dispensent des soins médicaux, infirmiers ou dentaires, et qui proposent des bilans de santé complets. Ils pratiquent ce que l'on appelle le tiers payant, c'est-à-dire que vous ne payez que le montant des frais non pris en charge par la sécurité sociale. Pour les médicaments, vous pouvez demander à votre pharmacien de bénéficier du tiers payant.

Vous pouvez obtenir la liste des médecins, des centres de santé, des pharmacies, auprès de la mairie. Si vous rencontrez des difficultés avec la sécurité sociale ou avec l'aide médicale, adressez-vous aux services sociaux.

(Extraits de la charte du malade hospitalisé)

- Le service public hospitalier est accessible à tous, et en particulier aux personnes les plus démunies.
- Un acte médical ne peut-être pratiqué qu'avec le consentement libre et éclairé du patient.

Informations pratiques

Assurance maladie : www.ameli.fr

Sécurité sociale, assurance
vieillesse, retraites : www.cleiss.fr

Numéros d'urgence

Samu : 15

Pompiers : 18

Centre anti-poison Île de France :
Tél. : 01 40 05 48 48

De votre région :

La protection maternelle et infantile

> Attendre un enfant

Pour la santé de la mère et de l'enfant, il existe des centres de protection maternelle et infantile que l'on appelle plus couramment la PMI. Placé sous la responsabilité d'un médecin, le service de PMI offre gratuitement des consultations médico-sociales et propose des consultations

prénuptiales, prénatales et postnatales ainsi que des actions de prévention en faveur des femmes enceintes. Par ailleurs, la PMI assure pour les enfants de moins

de 6 ans, des consultations et des actions de prévention pour surveiller leur croissance et effectuer les vaccinations.

La femme enceinte est suivie par un médecin ou une sage-femme pendant la grossesse. Lorsque le médecin a constaté que vous attendez un enfant, la sécurité sociale vous délivre un carnet de surveillance qui va permettre le suivi médical de votre grossesse.

Après la naissance, le carnet de santé vous permettra de faire suivre régulièrement votre enfant (examen obligatoire à 8 jours, 9 mois et 24 mois).

Pour vous et vos enfants, vous avez tout intérêt à passer les sept examens médicaux prévus au cours de la grossesse. Ces examens sont remboursés par la sécurité sociale et sont obligatoires pour bénéficier des aides prénatales.

N'hésitez pas à demander à votre médecin des explications sur le déroulement de votre grossesse et le suivi médical de l'enfant après sa naissance.

> L'accouchement

Pour l'accouchement, vous devez vous inscrire dans une maternité (clinique ou un hôpital) dès le début de votre grossesse.

Votre mari, quelqu'un de la famille ou une amie peut assister à l'accouchement.

Quand l'enfant naît, les médecins vérifient qu'il est en bonne santé.

Des conseils vous sont donnés pour l'hygiène et l'alimentation.



> Après la naissance

Dans les 3 jours suivant la naissance, l'enfant doit être déclaré à la mairie du lieu de naissance. Souvent des officiers d'état civil passent dans les maternités. Autrement, c'est le père qui va déclarer l'enfant dont le nom sera inscrit au registre d'état civil.

Attention : tout enfant né en France doit être inscrit sur les registres de l'état civil français.

À la maternité, l'enfant va recevoir un carnet de santé qu'il faut conserver précieusement. Y seront indiqués

toutes les visites et soins médicaux ainsi que les vaccinations. Tout au long de la scolarité de votre enfant ou pour l'inscrire au centre aéré, ou en colonies de vacances, on vous demandera les dates de vaccination.

Si votre enfant a un comportement anormal, pleurs inexplicables, pâleur subite, vomissements, fièvre, n'hésitez pas à consulter un médecin ou à aller directement à l'hôpital.

Ne lui donnez pas de médicaments s'ils n'ont pas été prescrits par un médecin.

Conseils pratiques aux parents

À la maison, réservez pour votre enfant un endroit calme, à l'abri du bruit et de la fumée. Maintenez la température de la chambre à 19° maximum. Ne couvrez pas trop votre bébé, surtout s'il a de la fièvre.

Pour dormir, il faut coucher votre bébé sur le dos. Évitez de lui mettre une chaîne ou un cordon autour du cou, il pourrait se blesser ou s'étouffer.

Si vous allaitez votre bébé, ne prenez pas de médicaments sans avis du médecin.

Lorsque la température est élevée, dans les magasins ou dans les transports en commun, découvrez votre enfant afin d'éviter des écarts importants de température. Donnez-lui à boire souvent de l'eau non sucrée.

Ne laissez jamais un enfant seul, même très jeune, à la maison, dans une voiture, dans son bain ou sur une table à langer, à la garde d'un autre enfant.

Protégez-le des animaux même très familiers, ils peuvent avoir des réactions imprévisibles.

En voiture, attachez votre enfant dans un siège adapté à son poids.

Dans certains immeubles, les peintures contiennent des substances toxiques à base de plomb. Il faut vous informer auprès du gardien pour savoir si c'est le cas dans votre appartement et veiller à ce que votre enfant ne porte pas à sa bouche des écailles de peinture qui peuvent entraîner une intoxication.



Conseils de sécurité

- Mettez hors de portée des enfants tout objet coupant, pointu, brûlant, tout produit d'entretien ménager, tout produit toxique, tout médicament et produits cosmétiques.
- Ne laissez jamais seul votre bébé dans son bain.
- Tournez les manches de casseroles et de poêles vers l'intérieur de la cuisinière.
- Attention lorsque les fenêtres sont ouvertes, elles peuvent représenter un danger pour votre enfant, surtout s'il est seul.

> La régulation des naissances

Il est important de pouvoir choisir le nombre d'enfants que l'on désire et le moment où l'on souhaite les avoir.

La contraception

En France, la contraception est une pratique courante.

Votre médecin vous indiquera le moyen le plus adapté à votre âge et à votre santé (pilule contraceptive, stérilet...). Certains de ces moyens sont remboursés par la sécurité sociale d'autres non. Demandez à votre médecin de vous préciser si le contraceptif qu'il vous a prescrit est remboursé.

L'interruption volontaire de grossesse

L'interruption volontaire de grossesse (IVG) est légale en France depuis 1975 et remboursée par la sécurité sociale. C'est le terme employé par la loi pour désigner l'avortement. Ce n'est pas un

moyen de contraception et, pour votre santé, l'IVG doit rester exceptionnelle car des interruptions de grossesse trop fréquentes pourraient compromettre de futures grossesses.

Si vous êtes enceinte et que vous vous retrouvez dans l'impossibilité de pouvoir garder l'enfant, vous pouvez, à condition de le faire avant la douzième semaine de grossesse et au plus tard 14 semaines après les dernières règles, demander à interrompre volontairement votre grossesse. Si votre décision est prise, il faut consulter dans les meilleurs délais votre médecin ou l'hôpital qui vous indiqueront les démarches à effectuer.

Vous pouvez vous informer auprès du Mouvement français pour le planning familial (01 48 07 29 10) www.planning-familial.org

> La tuberculose

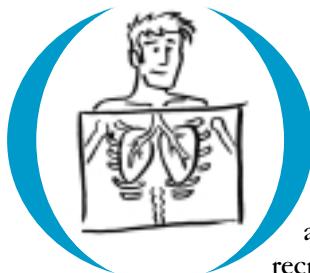
La tuberculose est une des plus anciennes maladies connues de l'Humanité. Elle est causée par un agent microbien, le bacille de Koch (BK).

Sa forme la plus connue est la tuberculose pulmonaire, au cours de laquelle le malade est fiévreux, très affaibli, perd l'appétit, maigrit beaucoup, tousse, crache du sang et des sécrétions qui sont TRÈS CONTAGIEUSES.

Mais le traitement de la tuberculose permet la guérison complète. Il est cependant long et astreignant.

Toutefois, si on ne se soigne pas correctement, on court non seulement le risque de ne pas guérir, mais de développer une tuberculose résistante aux médicaments et tout aussi contagieuse.

C'est pourquoi, il est demandé aux malades de se soigner de façon très sérieuse, non seulement pour eux-mêmes mais pour leurs proches et pour la communauté entière.



Attention, cette maladie qui avait presque disparu connaît depuis quelques années une recrudescence.

On peut prévenir la tuberculose par un vaccin appelé BCG en étant vacciné avant l'âge de deux ans.

En France, il existe un dispositif national de lutte contre la tuberculose, dont fait partie le service médical de l'ANAEM. C'est pour cela que vous avez droit, lors de votre visite médicale assurée par l'ANAEM, à un examen radiographique en vue de dépister la tuberculose pulmonaire, qui est sa forme la plus grave car la plus contagieuse.

> Les maladies sexuellement transmissibles

Une maladie sexuellement transmissible (MST) est une maladie infectieuse susceptible de se transmettre lors de rapports sexuels sans préservatif avec une personne infectée.

Il existe un grand nombre de MST parmi lesquelles la syphilis, la gonococcie, l'herpès génital. Des virus comme ceux des hépatites se transmettent par voie sexuelle et également par le sang, mais non par les actes de la vie quotidienne (poignées de mains, utilisation d'objets courants...).

Certaines maladies sexuellement transmissibles peuvent avoir des conséquences graves, notamment la stérilité chez les femmes et les hommes.

On peut se protéger contre l'hépatite B par une vaccination qu'il est préférable de faire effectuer aussi jeune que possible.

L'utilisation du préservatif pendant les rapports sexuels permet de se protéger des maladies sexuellement transmissibles et du sida.



> Le sida

Le Sida est une maladie très grave, causée par un virus, le VIH.

On ne sait pas à l'heure actuelle comment en guérir. Il existe des méthodes pour se protéger du virus ainsi que des traitements pour soulager les personnes atteintes par cette maladie et prolonger la vie.

Plus on se soigne rapidement et plus on a de chance de voir son espérance de vie considérablement prolongée.

Comment peut-on transmettre le VIH ?

- Par un rapport sexuel non protégé par un préservatif. En dehors des partenaires réguliers non contaminés par le sida, le préservatif est le seul moyen pour éviter d'être contaminé(e) lors d'une relation sexuelle.
- Par une aiguille ou une seringue ayant déjà servi à une personne porteuse du virus. Lorsqu'on se sert d'une aiguille ou d'une seringue, il faut utiliser un matériel à usage unique.

N'hésitez pas à expliquer autour de vous comment se protéger et comment protéger les autres afin de ne pas être contaminé.

Une femme enceinte atteinte par le VIH peut transmettre le virus à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement, ou après la naissance si elle allaite son bébé. Le risque peut être dans ce cas, fortement amoindri par la prise de médicaments antirétroviraux.

Si vous pensez avoir pris un risque, il faut aller **immédiatement** consulter un médecin pendant la grossesse afin de vous faire prescrire un traitement adapté.

Si pour une raison ou une autre vous pensez avoir été exposé au VIH, ou si vous voulez simplement connaître votre situation à l'occasion d'un événement au cours de votre vie (mariage, naissance, etc.), vous pouvez faire effectuer un test de dépistage dans un centre de dépistage anonyme gratuit (CDAG).

Il existe au moins une consultation de dépistage anonyme et gratuit par département.

Pour obtenir des informations ainsi que les coordonnées des CDAG, vous pouvez contacter :

SIDA INFO SERVICE

Tél. : 0 800 840 800

(appel confidentiel et gratuit)

En France, les personnes atteintes par le VIH, sont non seulement soignées mais protégées contre les discriminations.

N'hésitez pas à parler du sida à votre médecin.

S'informer sur le sida, c'est se protéger soi-même mais c'est aussi protéger sa famille et son entourage.

> La Drépanocytose

La drépanocytose est une maladie héréditaire, qui atteint le sang. Elle est plus fréquente chez les personnes d'origine africaine ou antillaise.

Ses principaux symptômes sont : des douleurs osseuses violentes, des yeux jaunes et, chez les enfants, un gros ventre.

Le diagnostic de la maladie se fait par une analyse de sang (électrophorèse de l'hémoglobine). Il est important de faire effectuer cette analyse si on est originaire d'un pays où la drépanocytose est fréquente,

car on peut être porteur du gène de la maladie, alors que l'on n'est pas malade, ou que l'on a une forme qui donne peu de symptômes.

On ne peut pas guérir la drépanocytose, mais on peut prendre des mesures efficaces et simples pour se protéger contre ses effets, en particulier les douleurs.

Le service de Santé Publique de l'ANAEM peut vous conseiller et vous orienter vers une consultation spécialisée.

> Le Diabète

Le diabète est une maladie très fréquente au cours de laquelle on a trop de sucre dans le sang.

Sa forme la plus courante (dite « type 2 ») survient chez les personnes qui ont un poids excessif. On peut dépister la maladie avant même les premiers symptômes, ce qui est fait à la visite médicale de l'ANAEM chez les personnes qui présentent un risque particulier.

Si on ne le soigne pas, le diabète s'aggrave et provoque des lésions

irréversibles des yeux, des reins et de la peau.

On peut contrôler son diabète par un régime alimentaire et un traitement et, en consultant régulièrement un médecin dans son cabinet ou dans un hôpital, sans attendre les complications.

En France, la sécurité sociale assure la prise en charge à 100 % du traitement du diabète.

L *La vie sociale*

- > *L'accès
au logement*
- > *Vieillir en France*
- > *La vie sociale, les loisirs,
les rencontres*

L'accès au logement

Rechercher un logement est une démarche importante. Mais cela peut prendre du temps, car il est parfois difficile de trouver un logement qui réponde à ses besoins. De plus, le logement coûte cher : dans le budget d'une famille, le loyer représente souvent un tiers du budget mensuel.

> La location

Pour louer un logement, on vous demandera de fournir des fiches de salaire et généralement la caution d'une personne pour garantir que vous pouvez payer le loyer.

Un bail de location est en général conclu pour une durée de 3, de 6 ans ou de 9 ans dans le logement privé. Lisez-le attentivement avant de le signer.

Un contrat écrit doit être établi et signé par le propriétaire et le locataire.

Pour entrer dans votre nouveau logement, vous devrez verser un dépôt de garantie qui est souvent égal à deux mois de loyer. Le propriétaire devra vous le reverser à votre départ si vous laissez le logement en bon état.

Vous paierez votre loyer chaque mois.

En retour, une quittance de loyer vous sera remise. Conservez ce document qui peut vous servir de justificatif de domicile pour constituer différents dossiers administratifs.

Les organismes HLM offrent des logements à des prix modérés aux ménages qui ont de faibles revenus. Si vos ressources augmentent, votre loyer sera augmenté en conséquence.

> Acheter un logement

L'achat d'un logement représente une dépense très importante que vous pouvez couvrir grâce à vos économies (votre épargne) et à des prêts. Pour constituer cette épargne sur plusieurs années, des solutions existent (comme par exemple le Plan d'Épargne Logement) et vous donnent ensuite accès à des prêts. Il vous faudra alors rembourser cet emprunt pendant plusieurs années.

Il est donc prudent de comparer l'ensemble de ces dépenses avec vos revenus et les aides que vous pouvez obtenir avant de prendre une décision.



> Les impôts liés à l'habitation

La taxe d'habitation

Cette taxe est acquittée par toute personne occupant un logement. Elle est calculée en fonction de la surface et du confort de votre logement. Vous devez la payer avant le 15 octobre de chaque année. Les ménages qui ont de faibles revenus paient un montant réduit voire même pas d'impôt du tout.

Calcul de l'impôt : s'adresser à votre centre des impôts.

Paiement de l'impôt : s'adresser à la Trésorerie principale.

La taxe foncière

Cette taxe est acquittée par toute personne propriétaire d'un logement. Son montant est variable selon les communes.

> Profiter de votre logement en bon voisinage

Souscrire une assurance est obligatoire.

Que vous soyez propriétaire ou locataire, vous devez souscrire une assurance pour protéger votre habitation du vol, de l'incendie, des inondations, et vous garantir des dégâts que vous-même ou votre famille pouvez causer aux autres.

Si vous n'avez pas d'assurance, vous devrez supporter seul les dépenses qui peuvent être très importantes.

Respectez le règlement de votre immeuble

Dans chaque immeuble, il existe un règlement qui est affiché dans l'entrée. Son respect permet de garantir

la tranquillité de tous et d'avoir de bonnes relations avec ses voisins. Il vous indique par exemple comment utiliser le vide-ordures, le local à poubelles, les espaces verts et les jeux à l'extérieur de l'immeuble. Le gardien de l'immeuble peut vous renseigner.

Soyez attentif à vos voisins

Le logement est un espace privé mais il faut respecter la tranquillité des voisins. Ainsi, sauf exception, une fête par exemple, il est interdit de faire du bruit après 22 heures. Si cela se produit, il vaut mieux prévenir les voisins. Dans les espaces communs, comme les cages d'escalier ou les couloirs, il vaut mieux être discret après une certaine heure.

Informations pratiques

Comment rechercher un logement ?

Si vous cherchez à louer un logement HLM, vous devez déposer une demande auprès de votre mairie ou directement auprès de l'organisme HLM de votre ville. Certaines conditions de ressources et de durée du titre de séjour sont à remplir. Si vous les remplissez, votre demande sera enregistrée et pourvue en fonction de son caractère prioritaire.

Pour louer ou pour acheter un logement en dehors du parc HLM, vous pouvez lire les journaux et revues spécialisées et vous adresser :

- aux agences immobilières de votre quartier ;
- aux gardiens d'immeuble ;
- à l'association pour l'information sur le logement (ADIL) de votre département.

> Quelles sont les aides auxquelles vous avez droit ?

Dans certaines conditions, vous pouvez bénéficier d'une aide pour payer votre loyer, pour vous aider à devenir propriétaire, ou pour faire des travaux dans votre logement.

Renseignez-vous auprès de la Caisse d'Allocations Familiales (CAF) pour connaître vos droits.

Votre CAF peut vous accorder, en fonction de votre situation, une aide personnalisée au logement (APL), ou une allocation de logement social ou une allocation de logement familial. Elle peut aussi vous aider à effectuer des travaux pour améliorer le confort de votre logement.

> Comment s'informer sur les conditions de location ?

Si vous avez besoin d'explication sur le montant du loyer et des charges locatives, si vous avez besoin d'un conseil ou si vous voulez vous informer sur les droits et les obligations des locataires, vous pouvez vous adresser :

- au syndic de votre immeuble,
- à une association de locataires,
- à l'association départementale pour l'information sur le logement de votre département (ADIL).

> Si vous déménagez

Lorsque vous êtes locataire, vous pouvez mettre fin à votre bail à tout moment. Vous devez prévenir le propriétaire au moins 3 mois à l'avance, par courrier recommandé et payer le loyer jusqu'à la fin du préavis. Vous devez rendre le logement en bon état, sinon le propriétaire peut retenir la somme nécessaire à sa remise en état sur le montant du dépôt de garantie.

Si vous faites appel à un déménageur, vous avez intérêt à comparer plusieurs devis avant d'arrêter votre choix. Une aide financière peut être attribuée, dans certaines conditions, aux familles nombreuses par la caisse d'allocations familiales.



N'oubliez pas de prévenir de votre changement d'adresse :

- la poste, en déposant un ordre de réexpédition ;
- votre assureur, notamment pour l'assurance habitation ;
- votre centre EDF-GDF et votre agence commerciale France-Télécom pour résilier vos abonnements ;
- votre banque, votre caisse d'épargne ou l'agence postale qui gère votre compte chèque ;
- votre centre de paiement de sécurité sociale et votre caisse d'allocations familiales, les antennes Assedic et Anpe qui gèrent vos dossiers ;
- votre centre des impôts ;
- la préfecture ou sous-préfecture de votre nouveau domicile pour porter le changement d'adresse sur votre carte de séjour et sur la carte grise de votre véhicule.

Agence Nationale pour l'information sur le logement (01 42 02 65 95)
www.anil.org

Vieillir en France

> La retraite

Deux situations doivent être distinguées :

• ***Vous avez travaillé en France***

Vous avez droit à une pension de retraite si vous avez versé des cotisations à la caisse d'assurance vieillesse compétente pour votre profession. L'âge à partir duquel cette pension peut être versée est de 60 ans. Le montant de cette pension dépend du nombre d'années que vous avez travaillé et du montant des cotisations que vous avez versées chacune de ces années.

Important :

- les cotisations d'assurance vieillesse que vous versez ne vous donnent des droits à retraite que si elles dépassent un certain montant ; ce montant varie suivant votre activité (salarié, artisan, commerçant, profession libérale, exploitant agricole) ;
- vous avez intérêt à préparer à l'avance votre départ à la retraite ; pour cela, au moins deux ans avant la date à laquelle vous prévoyez de partir, réunissez toutes les pièces nécessaires (exemple pour un salarié : bulletins de salaire, certificats de travail...) et prenez contact avec votre caisse de retraite ;
- si vous décédez, votre conjoint percevra une partie de votre pension de retraite s'il remplit certaines



conditions (voir votre caisse de retraite) ;

- pour la plupart des professions, des pensions de retraite complémentaire s'ajoutent à votre pension de retraite ; toutefois, pour certaines professions (exemple : professions libérales), elles ne sont versées qu'à partir de 65 ans.

• ***Vous n'avez pas travaillé en France ou vous n'avez pas assez travaillé pour avoir des droits à la retraite***

Vous pouvez demander l'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA) (en 2008 : 7 537,29 € par an pour une personne seule ; 13 521,27 € par an pour un couple) si vous réunissez les trois conditions suivantes :

- vos ressources annuelles sont inférieures à un certain montant (en 2007 : 7 635,53 € pour une personne seule, 13 374,16 € pour un couple marié) ;
- vous avez au moins 65 ans (ou au moins 60 ans si vous êtes inapte au travail) ;
- vous êtes autorisé à résider en France métropolitaine ou dans un département d'outre-mer.

Vous devez vous adresser à la caisse d'assurance vieillesse auprès de laquelle vous avez des droits à retraite ou,

> Le décès

si vous n'avez pas de droits à retraite, à votre mairie ou au centre communal d'action sociale compétent pour votre résidence.

Si vous êtes titulaire d'une pension de vieillesse liquidée au titre d'un régime de base français de sécurité sociale, et que vous avez résidé régulièrement en France (carte de résident), vous pouvez bénéficier, à votre demande, si vous vous établissez hors de France, d'une carte de séjour portant la mention « retraité ». Cette carte permet d'entrer à tout moment sur le territoire français pour y effectuer des séjours n'excédant pas un an. Elle n'ouvre pas droit à l'exercice d'une activité professionnelle.

Le conjoint du titulaire de la carte de séjour « retraité » qui a résidé régulièrement en France avec lui, bénéficie d'un titre de séjour lui ouvrant les mêmes droits (loi n° 98-349 du 11 mai 1998 - article 10).

Certains pays ont passé des accords avec la France permettant de cumuler les années travaillées dans le pays d'origine avec les années travaillées en France. Renseignez-vous auprès du Centre de liaisons européennes et internationales de sécurité sociale (CLEISS) : www.cleiss.fr

Lorsqu'une personne décède au sein de votre famille, il importe d'effectuer, le plus tôt possible, une déclaration de décès, à la mairie de la commune où a eu lieu le décès. Un certificat de constatation de décès doit être établi par le médecin de famille dans les petites villes et par un médecin assermenté pour ce type d'acte dans les moyennes et grandes villes. Toutes les formalités peuvent être faites par les sociétés de pompes funèbres.

Les obsèques doivent avoir été autorisées par l'officier de l'état civil de la commune où elles se déroulent. Elles doivent ensuite avoir lieu 24 h au moins et 6 jours au plus tard après le décès.

La municipalité est tenue d'assurer une sépulture à tous les habitants de sa commune et à toute personne dont le décès s'est produit sur son territoire.

Dans certains cimetières français, des carrés sont réservés aux musulmans. Pour savoir si c'est le cas dans votre commune adressez-vous à votre mairie.

Si vous souhaitez que le corps du défunt soit rapatrié dans son pays d'origine, vous devez demander l'autorisation auprès du représentant consulaire de votre pays en France.

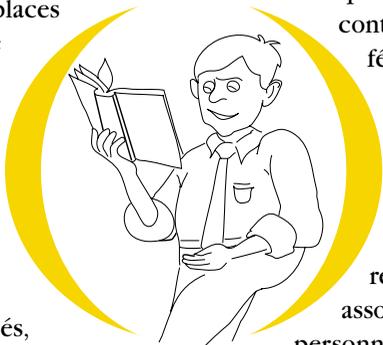
La vie sociale, les loisirs, les rencontres

Pour vous distraire, vous pouvez aller au cinéma, au théâtre ou au concert. La majorité des mairies organisent des spectacles avec des abonnements ou des places à prix réduits. Il existe aussi de nombreux musées, des sites touristiques et des monuments historiques, ainsi que des lieux de promenades.

Participer à des activités, rencontrer d'autres habitants permettent de sortir de sa solitude et de rompre son isolement. Dans la plupart des villes, beaucoup de possibilités sont offertes pour se distraire, pour faire connaissance avec les autres.

Partout en France, des associations organisent des activités artisanales, manuelles ou artistiques (bricolage, dessin, peinture, tissage, musique, danse, mécanique...). Il existe également des bibliothèques et parfois, à la campagne, des bibliobus où l'on peut emprunter et lire

des livres. Vos enfants peuvent emprunter des jeux et jouets dans des ludothèques.



Pour pratiquer un sport, on peut contacter les clubs des fédérations sportives.

Dans la plupart des villes, il existe des piscines et parfois des parcs de loisirs.

Pour se faire des relations, de nombreuses associations regroupent des personnes originaires d'une même région ou d'un même pays ou d'une même origine géographique. Enfin, la plupart des associations font appel à des bénévoles pour aider les personnes âgées, handicapées ou pour soutenir des actions humanitaires. Vous pouvez adhérer à ces associations, ou participer comme bénévole à leurs activités. Vous pouvez aussi, avec d'autres, créer votre propre association dans votre quartier.

Pour tout renseignement, adressez-vous à votre mairie.

*L*a vie pratique



> Les papiers

Société de droit écrit, la France est un pays où les papiers administratifs sont nombreux et très importants.

Ainsi, lors d'une démarche administrative, des justificatifs (titre

de séjour, quittance de loyer, diplôme...) vous seront demandés.

Nous vous conseillons de conserver vos documents originaux et d'effectuer des photocopies. À titre d'information, les documents suivants (liste non exhaustive) sont à conserver :

- **Toute la vie**
 - Titre de séjour.
 - Certificat médical de l'ANAEM.
 - Contrat d'accueil et d'intégration (CAI).
 - Si vous êtes naturalisé : tous documents prouvant votre nationalité française (certificat de nationalité française, ampliation de décret de naturalisation...).
 - Actes de naissance, de mariage.
 - Jugement de divorce.
 - Diplômes.
 - Certificats et contrats de travail.
 - Bulletins de salaire.
 - Pensions civiles et militaires.
 - Tous documents concernant les accidents de travail et la retraite.
 - Actes de donation.
 - Dossiers médicaux.
 - Livret de Caisse d'épargne.

- **5 ans**
 - Baux de location.
 - Quittances de loyer.
 - Déclarations à l'URSSAF.
 - Factures EDF-GDF.

> L'argent

Depuis le 17 février 2002, la monnaie utilisée en France, comme dans certains pays d'Europe est l'Euro (€) divisé en centimes



> Le chèque bancaire ou postal

À condition d'être en situation régulière et d'avoir des revenus réguliers, vous pouvez ouvrir un compte bancaire ou postal et régler vos dépenses par chèque ou carte bancaire. Veillez à ce que votre compte soit toujours approvisionné.

En cas d'émission de chèque(s) sans provision, des frais bancaires sont prélevés sur votre compte. Votre chéquier peut vous être retiré et vous vous exposez à des sanctions (interdiction bancaire).

> La carte bancaire

La carte bancaire permet de retirer des billets de banque dans les distributeurs, de régler les achats chez les commerçants équipés pour cela (l'inscription "CB" sur la porte d'entrée du magasin vous en informe). La banque où vous avez un compte courant peut accepter de vous en délivrer une. Vous devrez alors payer une cotisation annuelle. Cette carte

est personnelle. La banque vous communique un code secret afin de pouvoir l'utiliser. Apprenez ce code par cœur et ne le donnez à personne. Un relevé de compte vous est adressé régulièrement. Il détaille toutes les opérations effectuées sur votre compte et vous indique votre crédit, c'est-à-dire l'argent dont vous disposez à cette date.

Mesures à prendre en cas de vol ou de perte :

En cas de vol ou de perte de votre chéquier ou de votre carte bancaire, prévenez immédiatement votre banque au numéro de téléphone qu'elle vous a indiqué et confirmez lui par écrit. Faites également une déclaration à la police.

Pour vous prémunir contre ces risques, votre banque peut vous proposer de souscrire une assurance.

> Les impôts

La plus grande partie des ressources de l'État et des collectivités locales provient des impôts prélevés auprès des familles et des entreprises.

Avec cet argent, l'État finance les services publics : défense, éducation, santé, police et les équipements du pays (routes, écoles...) qui profitent à tous les habitants.

Il existe trois sortes d'impôts :

- *L'impôt sur le revenu ;*
 - *La taxe d'habitation ;*
 - *La taxe foncière.*
- } (voir page 51)

L'impôt sur le revenu

En France, les impôts ne sont pas prélevés directement sur votre salaire.

Chaque année, il faut déclarer les revenus de l'année précédente. Vous devez faire cette déclaration de revenus, qui est obligatoire, avant la date limite indiquée sur l'imprimé (en général le dernier jour du mois de mars), même si vous n'avez pas eu de revenus l'année considérée.



Beaucoup de services (centre des impôts) proposent leur aide pour remplir la déclaration.

Vous recevrez ensuite un avis d'imposition comportant une date limite de paiement. Ceux qui ont peu de revenus ne paient pas d'impôt et reçoivent un avis de non-imposition.

Calcul de l'impôt : s'adresser à votre centre des impôts.

Paiement de l'impôt : s'adresser à la trésorerie principale.

Conservez ces documents qui sont souvent demandés pour justifier vos ressources par différentes administrations et notamment la caisse d'allocations familiales. L'impôt est normalement payé trimestriellement. Il est cependant possible de mieux répartir son paiement en demandant à le payer mensuellement.

Informations pratiques :
www.finances.gouv.fr

> Le gaz, l'électricité

Une facture est établie en fonction de votre consommation. Les factures doivent être payées dans les délais indiqués. En cas de retard ou d'oubli,

le client reçoit un rappel puis une dernière relance. Si la facture n'est toujours pas payée, l'électricité et le gaz peuvent être coupés.

> Le courrier

Pour envoyer une lettre :

il faut affranchir l'enveloppe, le tarif varie selon la destination et le poids de la lettre. Les timbres sont en vente dans les bureaux de poste

et certains bureaux de tabac.

Il est interdit d'envoyer de l'argent en espèces dans une lettre.

Lorsque vous souhaitez être sûr qu'une lettre importante arrive à son destinataire, vous pouvez faire un envoi en recommandé avec accusé de réception. Le facteur remettra en mains propres la lettre à son destinataire et la poste vous retournera l'accusé de réception. Le tarif payé est plus cher qu'un envoi normal. Un envoi recommandé est très utile pour certains courriers importants. Conservez l'accusé de réception qui peut constituer une preuve dans certains litiges.

Les colis

Vous pouvez utiliser des emballages spécifiques vendus dans votre bureau de poste. Le tarif d'affranchissement dépend de la destination et du poids du colis. Plusieurs tarifs existent. Renseignez-vous auprès de votre bureau de poste.



Les mandats

Vous pouvez recevoir un mandat de la France ou de l'étranger. Le facteur dépose un avis dans votre boîte aux lettres et vous devez retirer l'argent au guichet de la poste en présentant une pièce d'identité. Pour envoyer un mandat en France ou à l'étranger, vous devez remplir un formulaire à votre bureau de poste et remettre l'argent en espèces. Vous payez en plus des frais de dossier. Les mandats sont acheminés dans les mêmes délais que les lettres c'est-à-dire en 2 jours pour la France.

Pour tout renseignement adressez-vous à votre bureau de poste :

www.laposte.fr

> Le téléphone

Si vous n'avez pas le téléphone, vous pouvez téléphoner à partir des cabines téléphoniques ou à la poste. La plupart



des cabines fonctionnent avec une carte de téléphone que vous pouvez vous procurer dans les bureaux de poste ou les bureaux de tabac.

Vous pouvez également recevoir des appels dans ces cabines en communiquant à votre correspondant le numéro de téléphone indiqué dans la cabine. Pour faire installer le téléphone dans votre logement, renseignez-vous auprès d'une agence commerciale. Vous recevrez alors des factures qu'il faudra payer avant la date limite indiquée sur celles-ci. Vous pouvez aussi acquérir un téléphone portable mais il faut savoir que le prix des communications est beaucoup plus élevé que celui des téléphones fixes.

> Pour téléphoner

Les numéros de téléphone en France métropolitaine comportent dix chiffres. Pour téléphoner à l'étranger, il faut composer le 00, suivi de l'indicatif du pays et de la zone puis le numéro de votre correspondant.

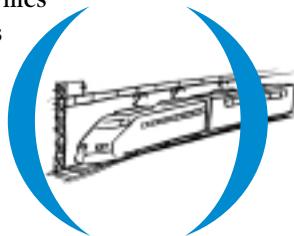
Soyez attentif aux coûts des abonnements et à votre consommation téléphonique.

Pour l'étranger : composer le 00 suivi de l'indicatif du pays concerné.

> Les transports collectifs

Le train

La plupart des villes sont accessibles par les trains. Le prix du billet dépend du nombre de personnes, de la distance, de la classe choisie (2^e ou 1^{re} classe) et de la période. De nombreuses réductions existent pour les jeunes, les personnes âgées, les familles nombreuses, les couples. Les enfants de moins de 4 ans voyagent gratuitement.



Une fois dans l'année, les salariés ont droit à 25 % de réduction sur un voyage aller-retour en France. Vous devez demander le formulaire à votre employeur.

Pour être certain d'avoir une place assise, vous pouvez réserver à l'avance votre place. Dans certains trains, comme le TGV, la réservation est obligatoire.

Renseignez-vous auprès de la SNCF pour bénéficier de ces réductions.

www.sncf.fr

> Le billet de transport

Le billet est valable pour un seul trajet. Des forfaits ou des abonnements permettent d'effectuer un nombre illimité de voyages pendant une période déterminée, sur des zones précises comme les cartes oranges ou les cartes hebdomadaires en Ile-de-France.

Vous devez composer votre billet avant le départ et le conserver pendant toute la durée du transport.

Des contrôleurs peuvent vérifier votre billet pendant le trajet.

Si vous n'avez pas de billet, vous devrez payer une amende.

> Les réseaux de transports

Des réseaux de transport en commun desservent les grandes villes et les communes voisines. Aussi pour vous déplacer, vous pouvez utiliser les bus, tramway, métro, RER, TER. Ces moyens de transport sont nettement moins chers que les moyens de locomotion individuels.

Informations pratiques :

www.sncf.fr

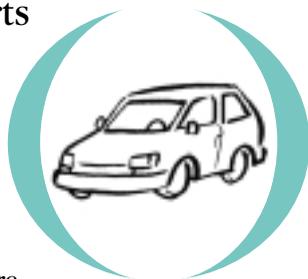
En Ile-de-France :

www.ratp.fr

> Les transports individuels

La voiture

Pour vous déplacer avec votre voiture, vous devez posséder un permis de conduire, une carte grise et une attestation d'assurance en cours de validité. En cas de contrôle sur la voie publique, ces documents vous seront demandés.



Si vous n'êtes pas en règle, vous devrez payer une amende.

> Le permis de conduire

Si vous avez obtenu un permis de conduire dans votre pays avant de venir en France et si vous avez plus de 18 ans, vous pouvez l'utiliser pendant votre première année de séjour en France. Ce permis doit être en cours de validité et être rédigé en français ou être accompagné d'une traduction officielle. Sous réserve de remplir certaines conditions, vous pouvez demander à la préfecture l'échange de votre permis de conduire dans un délai de un an. Renseignez-vous à la préfecture de votre département.

Attention, si le délai d'un an est dépassé, il vous faudra repasser le permis.

> Les taxis

On trouve des taxis près des gares, des aéroports et à des stations de taxis proches des grands lieux de passage. On peut aussi les appeler au téléphone (pages jaunes de l'annuaire du téléphone). Mais il faut savoir qu'en France, c'est un moyen de transport relativement cher, il est donc préférable d'utiliser les transports en commun.

> La sécurité des passagers

Les adultes et les enfants de plus de 10 ans doivent obligatoirement boucler leur ceinture de sécurité, qu'il s'agisse des places avant ou arrière de la voiture.

L'utilisation d'un siège spécialement adapté pour la protection des enfants est obligatoire avant l'âge de 10 ans. Les associations de consommateurs, les constructeurs automobiles ou les magasins spécialisés peuvent vous renseigner.

Il est interdit de transporter un enfant de moins de 10 ans à l'avant d'une voiture, sauf en cas de dispositif spécial.



> Les achats

Vous pouvez faire vos achats sur les marchés, dans les petits commerces ou les grands magasins et supermarchés.

Les grandes surfaces

Les grandes surfaces incitent à acheter plus d'articles que nécessaire aussi il est utile de faire une liste des choses à acheter. Vérifiez, pour les produits alimentaires préemballés, que la date limite de consommation n'est pas dépassée. Elle est indiquée sur l'emballage, sous la mention « À CONSOMMER AVANT LE ». N'oubliez pas votre ticket de caisse, et conservez-le. Il peut vous être utile, en particulier en cas de réclamations.

Les autres formes de vente

- la vente sur catalogues encore appelée vente par correspondance. On trouve ces catalogues chez les marchands de journaux. On commande par courrier, par téléphone ou sur Internet, les marchandises sont livrées à domicile.
- la vente à domicile appelée aussi porte-à-porte : des démarcheurs viennent à domicile, ou téléphonent pour proposer des produits divers (livres, assurances, produits d'entretien et de beauté, meubles...).

Faites attention à la vente à domicile, elle n'offre pas toutes les garanties. Vous disposez dans tous les cas de 8 jours pour revenir sur votre décision d'achat. Quand vous avez acheté un produit ou un service auprès d'un commerçant, vous ne pouvez plus, en général, changer d'avis.

Comparez les produits et les conditions de vente avant d'acheter ou de signer un contrat. Les prix doivent être affichés de façon visible.

Pour les achats importants, comme les travaux, les réparations, demandez un devis au fournisseur. Le devis est une évaluation précise, par écrit, des travaux à réaliser et du coût qui ne vous engage pas. Il est, en général, établi gratuitement.

Le paiement

Pour les prestations de service, demandez une facture qui vous permet de vérifier que le prix demandé correspond bien à la prestation fournie. Si un acompte vous est demandé, il ne doit en général pas dépasser 20 % de la commande. Évitez de payer en espèces, il n'en reste pas de trace écrite, demandez un reçu ou une facture.

Beaucoup de sociétés commerciales proposent d'acheter à crédit. Il faut être très prudent car le prix final est nettement plus élevé et cela peut déséquilibrer votre budget.

Pour tout renseignement vous pouvez vous adresser aux associations locales de consommateurs.

> L'interdiction de fumer

Depuis le 1^{er} février 2007, il est interdit de fumer :

- *“dans tous les lieux fermés et couverts qui accueillent du public ou qui constituent des lieux de travail” ;*

- *“dans les moyens de transports collectifs” ;*
- *“dans les espaces non couverts des écoles, collèges et lycées publics et privés, ainsi que des établissements destinés à l'accueil, à la formation et à l'hébergement des mineurs”.*

Depuis le 1^{er} janvier 2008

L'interdiction est entrée en vigueur dans les débits permanents de boissons à consommer sur place, casinos, cercles de jeu, débits de tabac, discothèques, hôtels et restaurants.

Le fait de fumer hors des emplacements réservés à cet effet est sanctionné par une contravention de 68 euros.

Conception : Parimage - Réalisation et impression : SIB
Illustrations : Florence Demaret
Juillet 2008



Liberté • Egalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Ministère de l'immigration,
de l'intégration,
de l'identité nationale et
du développement solidaire

Directions de l'Agence Nationale de l'Accueil des Etrangers et des Migrations

Amiens

64 bis, rue du Vivier - 80000 Amiens
Tél.: 03 22 80 50 10
e-mail : amiens@anaem.fr

Besançon

Immeuble "Le Vesontio" - 29, avenue Carnot - 25000 Besançon
Tél.: 03 81 82 34 31
e-mail : besancon@anaem.fr

Bordeaux

55, rue Saint Sernin - 33000 Bordeaux
Tél.: 05 57 14 23 00
e-mail : bordeaux@anaem.fr

Cayenne

17-19, rue Lalouette - BP 245 - 97325 Cayenne Cedex
Tél.: 0 594 37 87 00
e-mail : cayenne@anaem.fr

Clermont-Ferrand

1, rue d'Assas - 63033 Clermont-Ferrand Cedex 01
Tél.: 04 73 98 61 34
e-mail : clermont-ferrand@anaem.fr

Dijon

14b, rue du Chapeau rouge - 21000 Dijon
Tél.: 03 80 30 32 30
e-mail : dijon@anaem.fr

Grenoble

Parc de l'Alliance - 76, rue des Alliés - 38000 Grenoble
Tél.: 04 76 40 95 45
e-mail : grenoble@anaem.fr

La Réunion

Préfecture de la Réunion - Place Barachois
97405 Saint Denis Cedex
Tél.: 02 62 40 75 38
e-mail : reunion.anaem@anaem.fr

Lille

892, avenue de la République - 59700 Marcq-en-Barœul
Tél.: 03 20 99 98 60
e-mail : lille@anaem.fr

Limoges

5/5bis, rue Garibaldi - 87000 Limoges
e-mail : limoges@anaem.fr

Lyon

7, rue Quivogne - 69286 Lyon cedex 02
Tél.: 04 72 77 15 40
e-mail : lyon@anaem.fr

Marseille

61, boulevard Rabatau - 13295 Marseille cedex 08
Tél.: 04 91 32 53 60
e-mail : marseille@anaem.fr

Metz

2, rue Lafayette - 57000 Metz
Tél.: 03 87 66 64 98
e-mail : metz@anaem.fr

Montpellier

Le Régent - 4, rue Jules Ferry - 34000 Montpellier
Tél.: 04 99 77 25 50
e-mail : montpellier@anaem.fr

Nantes

9, rue Bergère - 44000 Nantes
Tél.: 02 51 72 79 39
e-mail : nantes@anaem.fr

Nice

Immeuble Space B - 208, route de Grenoble - 06200 Nice Ouest
Tél.: 04 92 29 49 00
e-mail : nice@anaem.fr

Orléans

43, avenue de Paris - 45000 Orléans
Tél.: 02 38 52 00 34
e-mail : orleans@anaem.fr

Paris

48, rue de la Roquette - 75011 Paris
Tél.: 01 55 28 19 40
e-mail : paris@anaem.fr

Paris-Sud

221, avenue Pierre Brossollet - 92120 Montrouge
Tél.: 01 41 17 73 00
e-mail : paris-sud@anaem.fr

Pointe à Pitre

Immeuble "Plaza" - Boulevard Chanzy - 97110 Pointe à Pitre
Tél.: 05 60 68 15 11
e-mail : guadeloupe@anaem.fr

Poitiers

86, avenue du 8 Mai 1945 - 86000 Poitiers
Tél.: 05 49 62 65 70
e-mail : poitiers@anaem.fr

Reims

26/28, rue Buirette - 51100 Reims
Tél.: 03 26 36 97 29
e-mail : reims@anaem.fr

Rennes

110, rue de Vern - 35000 Rennes
Tél.: 02 99 22 98 60
e-mail : rennes@anaem.fr

Rouen

Immeuble "Montmorency 1" - 5^e étage
15, place de la Verrerie - 76100 Rouen
Tél.: 02 32 18 09 94
e-mail : rouen@anaem.fr

Seine Saint-Denis

53/55, rue Hoche - 93177 Bagnolet
Tél.: 01 49 72 54 00
e-mail : seine-saint-denis@anaem.fr

Strasbourg

4, rue Gustave Doré - 67000 Strasbourg
Tél.: 03 88 23 30 20
e-mail : strasbourg@anaem.fr

Toulouse

7, rue Arthur Rimbaud - 31200 Toulouse
Tél.: 05 34 25 42 42
e-mail : toulouse@anaem.fr

Val d'Oise

Immeuble "Ordinal" - Rue des Chauffours
95002 Cergy Pontoise Cédex
Tél.: 01 34 20 30 30
e-mail : anaem.cergy@anaem.fr

Agence Nationale de l'Accueil des Etrangers et des Migrations

44, rue Bargue - 75732 Paris Cedex 15 - Tél.: 01 53 69 53 70 - www.anaem.fr