

INFO P'TIT BONHEUR HIVER 2026



Nouvelle intervenante et accompagnatrice au P'tit Bonheur !

Je m'appelle Bianca Aubut, je suis une fière maman de 2 garçons âgés de 6 et 7 ans. J'ai étudié en techniques d'éducation à l'enfance et j'ai travaillé 3 ans au CPE Les P'tits Coquillages de Port-Daniel comme éducatrice. En tant que maman, je comprends entièrement à quel point le rôle de parents peut être demandant à l'occasion et j'espère pouvoir vous faciliter la tâche en vous offrant le petit coup de pouce dont vous avez besoin.



Horaire du P'tit Bonheur

Lundi 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00
Mardi 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00
Mercredi 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00
Jeudi 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00

Les services offerts au P'tit Bonheur

Écoute, soutien et conseils :

- Accueil et références ;
- Visites à domicile ;
- Accompagnement individuel ;
- Répit-gardiennage (Jumelage Famille/Bénévole pour poupons de 0 à 12 mois)

Location/prêt d'équipements pour bébés :

- Sièges d'auto pour enfants, couchettes, parcs, etc. ;
- Vérification/installation accréditée par CAA Québec ;
- Équipements de support à l'allaitement

Dépannage :

- Friperie des tout-petits ;
- Couches, lait, produits d'hygiène, etc. ;
- Alimentaire (produits laitiers, fruits et légumes)

Accompagnement-transport :

- Suivis pré et postnataux, immunisation ;
- Rendez-vous médicaux/sociaux sur références

**Bianca Aubut, intervenante et accompagnatrice, 418-752-5577 poste 4
176 boul. Gérard-D.-Levesque, Paspébiac**

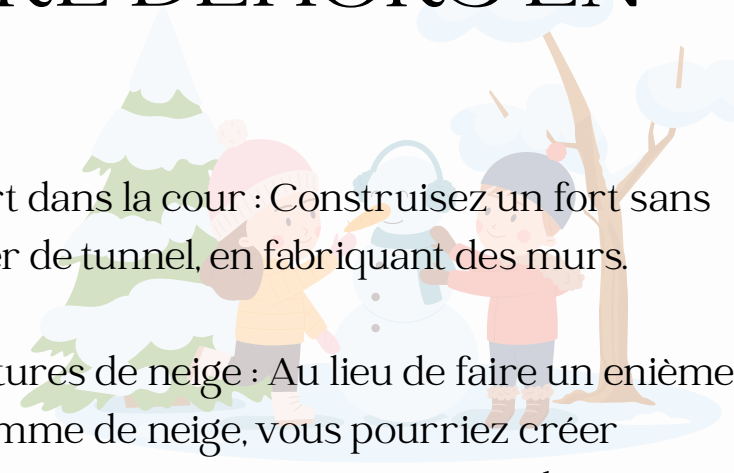
LES BIENFAITS DE JOUER DEHORS EN HIVER POUR LES ENFANTS

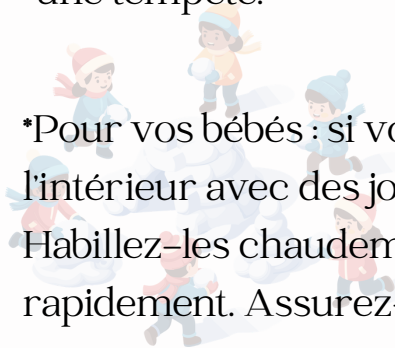
- 
- Jouer dehors exerce leur force, leur endurance, leur agilité et ils apprennent aussi à gérer leurs émotions (Par exemple, lorsqu'ils reçoivent de la neige au visage).
 - Cela favorise les découvertes par l'apprentissage, leurs explorations et leurs expérimentations.
 - Les enfants doivent également relever de petits défis, ce qui aide au développement global et leur équilibre. (Par exemple, marcher dans la neige est différent que de marcher dans la maison.)
 - Jouer dehors va, en général, ouvrir l'appétit, diminuer le stress et améliorer l'humeur.
 - En plus, en jouant dehors, les enfants passent moins de temps devant les écrans et ils ont un meilleur sommeil.



Source : <https://naitreetgrandir.com>

5 IDÉES DE JEUX À FAIRE DEHORS EN HIVER

- 
1. Roi/reine de la montagne : Montez et descendez sur des buttes de neige en variant vos déplacements. Par exemple, en montant de reculons, descendre sur les fesses ou ensemble dans un traîneau.
 2. Pelleter : Sortez les pelles et pelleter des chemins dans votre cour pour en faire un labyrinthe. Vous pouvez même demander à vos enfants de vous aider à pelleter votre balcon ou les escaliers après une tempête.
 3. Un fort dans la cour : Construisez un fort sans creuser de tunnel, en fabriquant des murs.
 4. Sculptures de neige : Au lieu de faire un enième bonhomme de neige, vous pourriez créer d'autres œuvres comme un serpent des neiges, des cœurs ou même des tortues.
 5. Chasse au trésor nordique : Dans votre cour ou au parc, cacher de petits objets et demandez-leur de les trouver, un plus grand défi si les objets sont blancs.



*Pour vos bébés : si vous avez une petite piscine d'été, mettez une couverture au fond et assoyez-les à l'intérieur avec des jouets et un peu de neige pour qu'ils la découvrent.

Habillez-les chaudement étant donné qu'ils ne bougent pas beaucoup, ils peuvent avoir froid plus rapidement. Assurez-vous que leurs mains et leurs pieds sont chauds.

Source : <https://naitreetgrandir.com>