



Info P'tit Bonheur



Édition  
Hiver 2024

**Le P'tit Bonheur t'invite à vérifier les dates des journées friperies qui ont lieu environ au 5 à 6 semaines. Possibilité sur rendez-vous.**

Le P'tit Bonheur est conscient des sentiments qui peuvent apparaître lorsqu'on est parent et t'invite à lire ceci : Est-ce que la culpabilité, la patience, la fatigue, l'étiquette, le déni, le « je vais y arriver » ça te parle ? Sache que tu n'es pas le seul parent à t'interroger. Un enfant qui manque de sommeil a aussi des symptômes similaires. Chaque enfant est différent et unique. Parfois, les outils nous manquent et c'est épuisant pour l'enfant et les parents. Tu as besoin d'information ? Je t'invite également à visiter le site de Maman Sophie qui est plein de belles ressources

<https://www.mamansophie.com/>

### Symptômes d'hyperactivité et d'impulsivité.

Souvent, l'enfant :

- Remue les mains ou les pieds ou se tortille sur son siège;
- Se lève dans des situations où il doit rester assis;
- Cours ou grimpe partout;
- A du mal à se tenir tranquille dans les jeux ou les loisirs;
- Agis comme s'il était « monté sur des ressorts »;
- Parle trop;
- Répond à une question qui n'est pas encore entièrement posée;
- A du mal à attendre son tour;
- Interrompt souvent les autres ou impose sa présence.

### Symptômes d'inattention

Souvent, l'enfant :

- Ne parvient pas à porter attention aux détails;
- Fait des fautes d'inattention;
- A du mal à soutenir son attention au travail ou dans les jeux;
- Semble souvent ne pas écouter quand on lui parle;
- N'écoute pas les consignes et ne parvient pas à mener à terme ce qu'il fait;
- A du mal à s'organiser;
- Évite ou n'aime vraiment pas les tâches qui demandent un effort mental soutenu;

### ATTENTION

**Pour les bébés, il est préférable de rester à l'intérieur lorsque la température extérieure est inférieure à -12 °C. Pour les plus grands, il est recommandé de ne pas les envoyer jouer dehors si la température, avec ou sans le facteur**

- Perd ses objets;
- Se laisse facilement distraire par des stimuli externes;
- A des oublis fréquents,
- Tu reconnais ton enfant ? Clic sur ce lien pour en connaître davantage.

<https://naitreetgrandir.com/fr/sante/naitre-grandir-sante-enfant-trouble-deficit-attention-hyperactivite-tDAH/>

## Quelle belle journée ! Le 21 décembre 2023

Grâce à la générosité d'employées de la détention de New-Carlisle et sous la supervision de madame Nadine Aubut (agente correctionnelle) le père Noël et ses lutins ont distribué aux domiciles de 23 familles du P'tit Bonheur, 45 cadeaux. La gratitude était palpable. Nous tenons encore une fois à remercier ces gens aux cœurs généreux.

**Une journée que je ne suis pas près d'oublier.**



### Horaire du P'tit Bonheur

Lundi : -----

Mardi : 8h à 12h - 13h à 16h

Mercredi : 8h à 12h - 13h à 16h

Jeudi : 8h à 12h - 13h à 16h

Vendredi : 8h à 12h - 13h à 16h

[ptitbonheur@cabst-](mailto:ptitbonheur@cabst-simeonport-daniel.com)

[simeonport-daniel.com](mailto:simeonport-daniel.com)

[https://www.facebook.com/ca](https://www.facebook.com/cab.saint.simeon.port.daniel)

[b.saint.simeon.port.daniel](https://www.facebook.com/cab.saint.simeon.port.daniel)

Suivez notre page Facebook

Vous servir est un plaisir !

### NOS SERVICES

La principale raison d'être de ce service est de permettre aux parents de vivre leur expérience de parentalité de façon naturelle et harmonieuse tout en conservant un bon état de santé physique et mentale.

#### SUPPORT, ÉCOUTE, CONSEILS ET RÉPIT

- Accueil, références
- Visites à domicile
- Accompagnement individuel
- Répét gardiennage

#### LOCATION/PRÊT D'ÉQUIPEMENTS POUR BÉBÉS

- Sièges d'auto pour enfants, couchettes, parcs, etc.
- Vérificateur/installateur accrédité par CAA Québec
- Équipements de support à l'allaitement

#### ACCOMPAGNEMENT-TRANSPORT

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

#### DÉPANNAGE

- Couches, lait, produits d'hygiène, etc.
- Vêtements 0-6 ans et maternité

Nos bénévoles sont indispensables pour tous les services du P'tit Bonheur.

MERCI DU FOND DU CŒUR!  
Vous aimeriez devenir l'un d'eux?  
CONTACTEZ-NOUS!

#### NOUS JOINDRE

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SAINT-SIMÉON/PORT-DANIEL  
176 boul. Gérard-D.-Levesque Ouest, Daspébiac (Québec) G0C 2K0  
418 752-5577  
Courriel : [ptitbonheur@cabst-simeon-port-daniel.com](mailto:ptitbonheur@cabst-simeon-port-daniel.com)  
[cab.saint.simeon.port.daniel.com](https://www.facebook.com/cab.saint.simeon.port.daniel.com)

Ces services sont financés en partie par le Programme d'action communautaire pour les enfants de l'Agence de la santé publique du Canada. Agence de la santé publique du Canada. Public Health Agency of Canada.

[CABST-SIMEON-PORT-DANIEL.COM](http://CABST-SIMEON-PORT-DANIEL.COM)

**Pauline Landry** Intervenante & accompagnatrice, Service de soutien parental le P'tit Bonheur

(418) 752- 5577, poste 4

