

CONNAISSEZ-VOUS LES HALTES-BÉBÉS?

Si vous êtes un nouveau parent, sachez qu'à chaque semaine, au Centre intégré de de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent, installations du Kamouraska, vous avez la possibilité de fréquenter une halte-bébé pour trouver des réponses à vos questions, et bien plus.

Une halte-bébé est un lieu de partage où l'on échange nos bons coups, nos difficultés et nos anecdotes de la semaine. C'est aussi un endroit où l'on retrouve le soutien nécessaire à la poursuite de notre allaitement, pour éviter un sevrage trop précoce.

À chaque rencontre, vous pouvez obtenir une consultation privée avec une infirmière du CLSC afin de trouver des solutions aux difficultés d'allaitement. Il y a aussi la possibilité de faire peser votre bébé pour connaître l'évolution de son poids. De plus, la halte-bébé est un lieu de partage d'information sur un sujet donné, de la part de différents intervenants, tel que mentionné sur l'horaire.

Vous n'avez pas besoin d'avoir une difficulté d'allaitement pour participer à cette activité. Si vous avez cessé d'allaiter, vous pouvez également prendre une pause et venir vivre avec nous, ces beaux moments de partage.

POUR NOUS JOINDRE

CLSC Les Aboiteaux - La Pocatière
1201, 6^e Avenue Pilote
La Pocatière (Québec) G0R 1Z0

Personnes-ressources :
Madame Pascale Ancil, B. Sc. inf.
418 856-7000, poste 6025
et
Madame Caroline Landry, B. Sc. inf.
418 856-7000, poste 3107

CLSC de Saint-Pascal
595, avenue Martin
Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0

Personnes-ressources :
Madame Julie Jalbert, B. Sc. inf.
418 856-7000, poste 5122
et
Madame Caroline Landry, B. Sc. inf.
418 856-7000, poste 3107

HALTES-BÉBÉS HIVER-PRINTEMPS 2020



Date : 2019-12-06

CLSC Les Aboiteaux- La Pocatière
de 13 h 30 à 15 h

Jeudi 9 janvier 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 16 janvier 2020 :
Présentation des services.
Maison de la famille

Jeudi 23 janvier 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 30 janvier 2020 :
Dodo sur le dos, oui, mais... Physiothérapeute

Jeudi 6 février 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 13 février 2020 :
Prévenir les douleurs par la posture pour les
Mamans. Agente en promotion-
prévention-kinésiologue

Jeudi 20 février 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 27 février 2020 :
Être en forme après l'arrivée de bébé.
Kinésiologue

Jeudi 5 mars 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 12 mars 2020 :
Présentation des services.
Centre-Femmes La passerelle

Jeudi 19 mars 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 26 mars 2020 :
De mains malhabiles à mains agiles.
Ergothérapeute

Jeudi 2 avril 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 9 avril 2020:
Les indispensables de la trousse de pharmacie.
Pharmacienne

Jeudi 16 avril 2020:
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 23 avril 2020 :
Ce qu'il y a au menu pour bébé.
Nutritionniste

Jeudi 30 avril 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 7 mai 2020 :
Bébé commence à gazouiller.
Éducatrice en orthophonie

Jeudi 14 mai 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 21 mai 2020 :
La routine du dodo. Travailleuse sociale

Jeudi 28 mai 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 4 juin 2020 :
Gérer la colère des tout-petits.
Psychoéducatrice

Jeudi 11 juin 2020 :
Sans invité, une infirmière sera sur place.

Jeudi 18 juin 2020 :

Les activités sont modifiables sans préavis.



L'allaitement s'apprend un peu comme la danse.
Au début, on compte les pas en oubliant la musique.
Puis, le plaisir apparaît avec le temps et la pratique.
On peut alors se laisser porter par la musique.

CLSC de Saint-Pascal
de 13 h 30 à 15 h

Jeudi 9 janvier 2020 :
Présentation des services de la Maison de la
Famille. Maison de la Famille

Jeudi 23 janvier 2020 :
Gérer la colère des tout-petits.
Psychoéducatrice

Jeudi 6 février 2020 :
Ce qu'il y a au menu pour bébé.
Nutritionniste

Jeudi 20 février 2020 :
Présentation des services.
Centre femmes La Passerelle

Jeudi 5 mars 2020 :
Les indispensables de la trousse de pharmacie.
Pharmacienne

Jeudi 19 mars 2020 :
De mains malhabiles à mains agiles.
Ergothérapeute

Jeudi 2 avril 2020 :
Dodo sur le dos, oui, mais... Physiothérapeute

Jeudi 16 avril 2020 :
Prévenir les douleurs par la posture pour les
mamans. Agente en promotion-
prévention-kinésiologue

Jeudi 30 avril 2020 :
Bébé commence à gazouiller.
Éducatrice en orthophonie

Jeudi 14 mai 2020 :
La routine du dodo. Travailleuse sociale

Jeudi 28 mai 2020 :
Être en forme après l'arrivée de bébé.
Kinésiologue

Jeudi 11 juin 2020 :
Sujet surprise.
Intervenante sociale