



JANVIER 2026

INFOLETTRE

petite enfance



SORTIR L'HIVER AVEC UN BÉBÉ



Pendant l'hiver, les nouveaux parents hésitent d'apporter leur nouveau-né dehors, car le froid les inquiète. Toutefois, il est recommandé de prendre l'air avec votre bébé et de faire une petite promenade en poussette, en traîneau ou en portant l'enfant dans un porte-bébé ventral. En prenant certaines précautions, les sorties hivernales sont aussi bonnes pour vous que pour votre bébé.

Les premières promenades de bébé

- Avant de partir, veillez à ce que votre bébé ait mangé et ait une couche propre.
- Sortez dehors chaque jour pour prendre l'air et profiter de la lumière naturelle.
- Adaptez la durée des sorties en fonction de la température extérieure.
- Évitez de sortir si votre bébé ne se sent pas bien.

Comment habiller bébé l'hiver?

- Couvrez la tête de votre bébé.
- Protégez ses mains et ses pieds.
- Superposez les couches de vêtements.

Quelques précautions pour une promenade en poussette ou en traîneau

- Attachez toujours votre bébé dans sa poussette ou son traîneau.
- Ajoutez une couverture par-dessus votre bébé afin de le protéger du froid en veillant à ce que son visage reste bien dégagé pour lui permettre de respirer librement.
- Vérifiez souvent les mains et les pieds de votre bébé pour vous assurer qu'ils demeurent bien au chaud.
- Au besoin, ajoutez une housse en plastique pour protéger votre bébé du vent, de la neige et de la pluie en vous assurant que la housse permet une bonne circulation de l'air.

Quelques précautions pour une promenade avec un porte-bébé

- Couvrez bien la tête, le cou, les mains et les pieds de votre bébé.
- Assurez-vous que le visage de votre bébé soit dégagé pour lui permettre d'avoir de l'air frais.
- Vérifiez souvent les mains et les pieds de votre bébé pour vous assurer qu'ils demeurent bien au chaud.
- Évitez les promenades avec un porte-bébé lorsque les trottoirs sont glacés.

Pour en apprendre davantage, consultez l'article sur ce site internet : [Sortir l'hiver avec un bébé](#)

L'équipe des services à la petite enfance du District scolaire francophone Sud offre une diversité de services aux familles et aux enfants âgés de 0 à 8 ans. Notre mandat est d'appuyer le sain développement de l'enfant en outillant les adultes qui jouent un rôle significatif dans sa vie.

Pour en savoir plus, consultez notre [site internet](#) ou contactez-nous au (506) 869-6457.



PARTENAIRE DU MOIS

CODAC NB

Conseil pour le développement de l'alphabétisme et des compétences des adultes du Nouveau-Brunswick

QUOI? Programme d'apprentissage en famille qui vise à outiller les parents pour développer des compétences qui favorisent la réussite éducative de leurs enfants, et ce tout en s'amusant!

Le CODAC NB, en collaboration avec divers partenaires, offre des activités familiales variées :

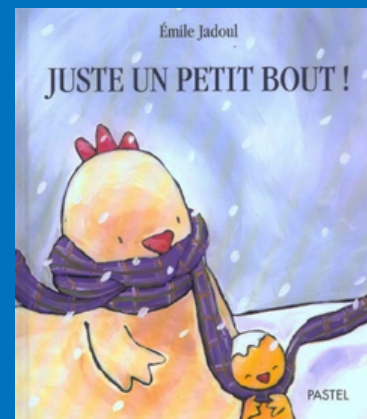
- activités de création et de bricolage
- ateliers de cuisine
- jeux de vocabulaire
- activités physiques
- spectacles familiaux

Pour plus d'informations : [Accueil | CODAC NB](#)

LIVRE DU MOIS

JUSTE UN PETIT BOUT !

ÉMILE JADOUL



L'hiver est là ! Avec sa longue écharpe, Léa la poule a bien chaud. L'oiseau, qui a très froid, lui demande un petit bout de son écharpe. Le lapin fait de même. Léa les accueille bien volontiers. Mais lorsqu'arrive le renard, les trois animaux hésitent...

[Juste un petit bout ! | L'école des loisirs, Maison d'Édition Jeunesse](#)

BONHOMME DE NEIGE EN COTON



Amusez-vous à fabriquer un bonhomme de neige avec votre enfant.
Laissez-le explorer les formes et les textures du matériel.



Matériel :

- Boules de cotons ouaté
- Bâtons de bois
- Cure-pipes en chenille
- Yeux mobiles
- Crayons feutres
- Colle
- Papier



Pour connaître les étapes du bricolage: [Bonhomme de neige en coton](#)

JOUER DANS LA NEIGE



Les enfants aiment fabriquer des bonhommes de neige et des labyrinthes, tracer des anges de neige et faire des batailles de boules de neige. Voici quelques activités qu'ils aimeront tout autant.

- Tour enneigée
- Le bonhomme gourmand
- La cible blanche
- Le monstre de glace
- Tic Tac Toe géant



Pour connaître les instructions de ces jeux et en découvrir d'autres :
[Jouer dans la neige](#)

L'HIVER EST LÀ



L'hiver est là, l'hiver est là,
Danse la neige tout en bas !
Le vent murmure tout doucement
C'est la saison du froid charmant !

Le ciel est gris, le vent se lève
Les arbres tremblent sur la grève
Mais dans nos cœurs il fait si chaud
On rit, on chante sous le manteau !

L'hiver est là, l'hiver est là
Danse la neige tout en bas !
Le vent murmure tout doucement
C'est la saison du froid charmant !

Danse la neige tout en bas !
Le vent murmure tout doucement
C'est la saison du froid charmant !

Les gants, les bonnets, les
manteaux
Colorent rues et jolis flocons
On saute, on court dans le jardin
Les nez tout rouges, c'est le matin !

L'hiver est là, l'hiver est là
Danse la neige tout en bas !
Le vent murmure tout doucement
C'est la saison du froid charmant !

Près du feu, tout le monde chante
Une soupe chaude nous enchante
Et dans la nuit, tout endormi
On rêve encore de pluie et de riz !

L'hiver est là, l'hiver est là
Danse la neige tout en bas !
Le vent murmure tout doucement
C'est la saison du froid charmant !



Pour écouter la chanson: [L'hiver est là](#)

RIZ AU LAIT DE COCO À LA MANGUE



Un dessert à savourer en famille, riche en vitamine C
grâce à la mangue.

Ingrédients :

- ¼ tasse de riz rond (environ 50 g)
- 3 c. à table de sucre roux
- 200 ml de lait de coco
- ½ mangue
- 1 c. à thé de beurre



[RECETTE COMPLÈTE](#)



SERVICES ET ACTIVITÉS DISPONIBLES

PARLE-MOI

Programmes et services offerts par des orthophonistes et par des assistantes en orthophonie. Activités gratuites. Découvrez les activités du mois de janvier sur la page [Facebook](#) de Parle-moi.
Courriel : Info.Parle-moi@nbed.nb.ca / Téléphone: (506) 869-2040



FRANCOBULLES

Groupe-jeu pour les familles d'enfants de 0 à 5 ans (parent/tuteur, grand-parent, gardien ET enfant) qui soutient l'apprentissage de la langue française. Ce programme a pour but d'accompagner et d'engager le parent dans la réussite éducative de son enfant.
Le programme est gratuit.
Pour plus d'informations, consultez notre [site internet](#).



ATELIERS D'INITIATION EN FRANÇAIS

Programme pour les enfants de 4 à 5 ans qui fréquenteront la maternelle en septembre et qui vise le développement des compétences langagières francophones. Cliquez [ici](#) pour en savoir plus et connaître les critères d'admissibilité.



MAMAN POUR LA VIE



« Lancé en avril 2004, Mamanpourlavie.com est la référence des parents actuels et futurs pour tout ce qui concerne la grossesse, la maternité et la vie en famille. Des milliers d'articles de références sont disponibles en tout temps de même que de nombreuses fonctionnalités qui permettent d'échanger entre mamans! »



À propos du site | Mamanpourlavie.com

Pour en savoir plus sur nos services et sur les services offerts par nos partenaires dans votre communauté, contactez la coordonnatrice des services d'appui à la famille au (506) 856-3257 ou dsfs.spe@nbed.nb.ca
Consultez aussi notre [site internet](#) et suivez-nous sur [Facebook](#).