

Ressources Postnatales

SOUTIEN COMMUNAUTAIRE | NOURISSONS | SANTÉ MENTALE



SOUTIENS COMMUNAUTAIRES

Finances

- [Programme de prestation postnatale](#)
- Composez le [211](#) pour être dirigé vers les services appropriés

Arrêter de fumer

- Programme pour arrêter de fumer d'Ottawa
1-888-645-5405
- [Nb anti-tobacco Coalition antitabac du N-B.](#)

Programmes de soutien aux parents

- [Fredericton Centre de ressources familiales](#)
- [Centre de ressources pour les familles militaires](#)
- [Care N' Share Centre de ressources familiales](#)
- [Centre de ressources familiales de la Vallée](#)
- [Programme Parle-moi](#)



Nutrition

Nourrir son bébé est un moment privilégié. C'est le moment de faire des câlins, de s'amuser et d'établir un lien avec votre bébé.

(Tendres soins : De la naissance à 6 mois)

- [Le cours prénatal sur l'allaitement maternel du Nouveau-Brunswick](#)
- [Nourrir votre bébé 0 à 6 mois](#)
- [Nourrir votre bébé 6 à 12 mois](#)
- [Allaiter votre bébé](#)
- [Préparations commerciales pour nourrissons](#)
- [Préparation sécuritaire des préparations commerciales pour nourrissons - vidéo](#)
- [First Droplets \(seulement disponible en anglais\)](#)

Santé mentale

La santé mentale d'une mère est essentielle à son bien-être physique, mental et émotionnel et à celui de ses enfants.

(Mothers Mental Health Toolkit, 2012)

- [Services de traitement des dépendances et de santé mentale](#)
- [Services mobiles d'intervention d'urgence](#)
- [211](#)
- [Santé mentale post-partum](#)
- [Association canadienne per la Santé mentale](#)
- [Nouveau Brunswick](#)

Attachement et développement

Chaque bébé grandit et se développe à son propre rythme. Votre bébé a besoin de votre aide pour grandir et devenir une personne saine et heureuse.

Tendres soins : De la naissance à 6 mois

- [Relations d'attachement](#)
- [Les stades](#)
- [Tenir votre bébé peau à peau](#)

Santé générale/Immunisations

Les vaccinations sont un élément important pour garder votre bébé en bonne santé, tout comme les contrôles réguliers auprès d'un prestataire de soins de santé.

- [Prendre soin de son enfant avant et après l'immunisation](#)
- [811](#)

Sécurité

Votre bébé apprend et grandit vite ! Vous devez garder une longueur d'avance sur les compétences en développement de votre bébé pour assurer sa santé et sa sécurité

(Tendres soins : De 6 à 12 mois)

- [Sièges d'auto](#)
- [Dormir en sécurité](#)

COVID-19

- [Maladie à Coronavirus \(COVID-19\) et allaitement](#)
- [Covid-19 Informations générales](#)

Consommation de cannabis et bébé

- [Grossesse/allaitement et cannabis](#)
- [Risques liés au cannabis pendant la grossesse, l'allaitement et l'exercice des responsabilités parentales](#)

Sommeil et pleurs

- [Soins de nos enfants Les coliques et les pleurs](#)

Tendres soins (séries des livres)

- [Tendres soins : De la naissance à 6 mois](#)
- [Tendres soins : De 6 à 12 mois](#)
- [Tendres soins De 1 à 3 ans](#)
- [Tendres soins : Parents et familles](#)