

BIBLIO THÈQUE

ambulante





SOMMAIRE

Éducation.....	5
Petite enfance.....	17
Psychologie.....	21
Famille.....	27
Maternité / Paternité.....	33
Vie de couple.....	37
Adolescence.....	41
Addictions.....	47
Thèmes d'actualité.....	51



Afin de mieux vous aider dans vos recherches, nous avons pris soin de classer nos livres en 9 grands thèmes.





non

C'est à vous
cet enfant ?

OUIIIINN



ÉDUCATION

PARENTS, OSEZ DIRE NON !

Auteur: Dr Patrick Delaroche

Éditeur: Albin Michel

1



Les enfants ont besoin de limites pour se construire. Mais comment les fixer et les faire respecter avec fermeté mais sans excès de sévérité ? En s'appuyant sur de nombreux exemples, l'auteur répond à ces questions que se posent nombre de parents et les aide à assumer leur rôle sans culpabiliser.

C'EST COMME ÇA, NE DISCUTE PAS !

Auteur: Jacques Salomé

Éditeur: Albin Michel

5



Ce livre invite à une réflexion, et à un changement dans les comportements vis-à-vis de nos enfants. Ces petites phrases habitent encore nos mémoires d'adultes. Certains se reconnaîtront dans l'énoncé de certaines ou s'en étonneront, d'autres seront perplexes, ou choqués par le potentiel d'inconscience, de violence, d'ambivalences ou de paradoxes qu'elles révèlent.

L'AUTORITÉ SANS FESSÉES

Auteur: Edwige Antier

Éditeur: Robert Lafont

11

Edwige Antier

L'AUTORITÉ
SANS
FESSÉES



Edwige Antier propose des solutions concrètes pour marquer les limites et accompagner son enfant au quotidien sans recourir à la main levée ni aux violences verbales. Vous comprendrez ici comment adresser des demandes logiques à votre enfant, comment établir en amont un code de bonnes pratiques, comment donner du sens à ses émotions.

PARENTS/ENFANTS: POURQUOI CA BLOQUE ?

Auteur: Patrick Estrade

Éditeur: Dangles

4

Patrick Estrade nous explique comment mieux gérer les questions d'éducation, d'autorité, de discipline, comment éviter les affrontements entre parents-enfants qui, parfois, paraissent inévitables. Comment parler, communiquer avec l'enfant, comment mieux l'aimer aussi, sans fausse pudeur ni hypocrisie.

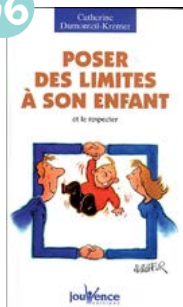


POSER DES LIMITES À SON ENFANT

Auteur: Catherine Dumonteil-Kremer

Éditeur: Jouvence

36



L'auteure vous propose ici une approche qui se base sur l'écoute des besoins de votre enfant, de ses émotions et de ses réactions. Par ces nombreux exercices, jeux et situations pratiques, ce petit livre vous permettra de trouver des solutions ludiques et enrichissantes pour maintenir la qualité du dialogue et mieux gérer votre relation face à l'enfant et à ses exigences.

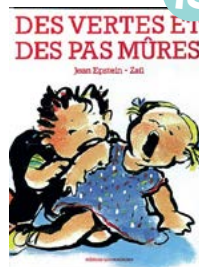
DES VERTES ET DES PAS MÛRES

Auteur: Jean Epstein

Éditeur: Editions Universitaire

18

Des anecdotes multiples et variées déclenchant un regard nouveau sur la vie des enfants ainsi que sur les relations possibles entre nous, adultes, et ces enfants. Loin des théories stéréotypées et des méthodes " idéales " d'éducation. Des vertes et des pas mûres : un livre-témoignage, un outil destiné à vous qui êtes aujourd'hui parents.



33

ALDO NAOURI

ÉDUIQUER SES ENFANTS
L'URGENCE AUJOURD'HUI

ÉDUIQUER SES ENFANTS L'URGENCE AUJOURD'HUI

Auteur: Aldo Naouri

Éditeur: Odile Jacob

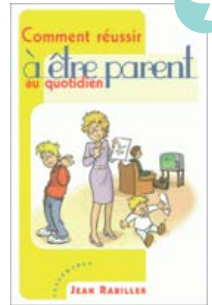
La vie en société exige de chacun qu'il se plie à un certain nombre de règles et qu'il les fasse siennes. Avant toute chose, il faut savoir ce qu'est un enfant, ce qu'il lui faut vraiment pour devenir adulte, comment se comporter avec lui en tant que parent.

COMMENT RÉUSSIR À ÊTRE PARENT AU QUOTIDIEN

Auteur: Jean Rabiller

Éditeur: Zencres

Depuis 1967, Jean Rabiller travaille avec des jeunes, ren-contre leurs parents. Il écoute, observe, suggère et toujours encourage les uns et les autres. Il décide de transmettre son expérience à travers un recueil riche en pratiques, illustrées avec humour, qui vous aideront dans vos relations avec vos enfants.



9

46

Parent, enfant :
à chacun sa place

PARENTS, ENFANTS : À CHACUN SA PLACE

Auteur: Françoise Peille

Éditeur: De Boeck

Avec les mutations familiales actuelles, la place des parents paraît plus difficile et chaque famille doit s'adapter à ce nouveau regard de la société sur les familles et sur l'enfant. Retraçant quelques étapes de la naissance à l'adolescence, l'auteur, en empruntant l'expression de l'enfant, nous montre comment avoir écouté un enfant, connaître ses besoins et l'accompagner pour grandir.

PETITS TRACAS ET GROS SOUCIS DE 1 À 7 ANS

Auteur: Christian Brunet et Anne-Cécile Sarfati

Éditeur: Livre de poche

Vivre avec un petit enfant est un grand bonheur souvent semé de petits tracassés, et parfois de plus gros soucis. Par peur d'en faire trop ou pas assez, les parents ne savent pas toujours comment réagir. À travers plus de cent grandes questions traitant de tous les aspects de la vie quotidienne, les auteurs indiquent concrètement que dire et que faire dans toutes les situations délicates.



AU COEUR DES ÉMOTIONS DE L'ENFANT

Auteur: Isabelle Filliozat

Éditeur: Poche marabout

Ce livre donne les clés pour les grandes étapes et difficultés de la vie d'un enfant. Elle explique comment aborder ses thèmes et aider l'enfant à les surmonter.

APPRENDRE AUTREMENT AVEC LA PÉDAGOGIE POSITIVE

Auteur: Audrey Akoun et Isabelle Pailleau

Éditeur: Eyrolles

Facile à mettre en oeuvre, cette pédagogie offre une démarche pour apprendre à apprendre, mémoriser, comprendre et structurer... Elle aide les enfants à retrouver le goût de faire leurs devoirs et les ados à adopter une méthode de travail efficace grâce à des outils brillants, innovants et simples.



30



IL N'Y A PAS DE PARENT PARFAIT

Auteur: Isabelle Filliozat

Éditeur: Poche Marabout

Face aux débordements et aux transgressions de l'enfant, le parent se sent parfois démuni, exaspéré. L'objet de cette passionnante enquête d'Isabelle Filliozat est de mieux comprendre ce qui se joue en nous. Elle propose des pistes pour ne plus se sentir coupable de ne pas y arriver.

L'ÉDUCATION POSITIVE

Auteur: C. Kornberg Anzel, C. Skrzynski et E. Aboucaya

Éditeur: Marabout

Un livre passionnant sur l'éducation positive. Savoir comment se comporter avec son enfant d'une façon à la fois ferme et bienveillante afin d'éviter toute forme de conflit.



LE POURQUOI DES POURQUOI

Auteur: Colette Pericchi

Éditeur: Marabout

Philosophes dès leur plus jeune âge, les enfants abordent les questions essentielles sans tabou ni retenue: la naissance, la mort, le temps qui passe, le réel et l'imaginaire... Par ces questions insouciantes en apparence, ils expriment les angoisses et les craintes que leur inspire la découverte du monde. Ce livre vous apprend à être à l'écoute des "pourquoi ?" et vous guide dans les réponses à apporter pour aider votre enfant à grandir et à aborder les grands mystères de la vie avec sérénité.

15



POURQUOI LES BÉBÉS JOUENT?

Auteur: Laurence Rameau

Éditeur: Broché

L'auteure prévient les adultes des erreurs à ne pas commettre : de l'inefficacité, voire de la nocivité de certaines de leurs interventions dans les jeux des petits. Au contraire elle montre comment les suivre dans leur recherche de vérité et comment les accompagner à faire seuls ce qui les intéresse vraiment.



UN ENFANT HEUREUX

Auteur: Didier Pleux

Éditeur: Odile Jacob

38

DIDIER PLEUX

UN ENFANT HEUREUX



Un enfant heureux a appris : à s'accepter, à valoriser ses forces et à reconnaître ses limites, être social, empathique et tolérant avec les autres, à accepter la réalité, à tolérer la frustration, à aimer la vie telle qu'elle est. Vous, parents, pouvez aider votre enfant à trouver en lui-même toutes les forces pour affronter la vie et ses difficultés. Vous lui donnez ainsi les vrais atouts du bonheur.

COMMENT DONNER À SON ENFANT LE GOÛT D'UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE

Auteur: Marie-Claire Thareau-Dupire

Éditeur: Leduc

Votre enfant n'aime que certains plats ? Il n'a jamais faim ou, au contraire, il est un peu trop gourmand ? Il grignote entre les repas ? Il déteste les légumes ? À chaque difficulté, des réponses simples et déculpabilisantes ! Grâce à ce livre, riche en conseils et en témoignages, vous saurez comment transmettre à votre bout de chou le goût d'une alimentation saine.



7



LE LIVRE DE BORD DE VOTRE ENFANT DE 3 À 6 ANS

Auteur: Anne Bacus

Éditeur: Marabout

Ce livre peut permettre aux parents de vivre au mieux, étape par étape, cette période cruciale pour leur enfant.

COMPRENDRE LE MONDE DE L'ENFANT

Auteur: Jean Epstein

Éditeur: Dunod

44
Comprendre
le monde
de l'enfant

Jean Epstein



L'enfance et sa prise en charge forment naturellement un sujet de questionnement. L'évolution de notre société et les mutations de la parentalité ajoutent encore à cet intérêt. Le propos de l'auteur, testé lors des conférences, répond au plus près aux questions posées par les professionnels et les familles, en articulant les réponses à des récits et des propositions pratiques qui en facilite la mise en pratique et l'apprentissage.

ÉCHEC SCOLAIRE : LA GRANDE PEUR

Auteur: Julie Chupin

Éditeur: Autrement



Cette enquête nous apprend concrètement comment détecter les premiers signes de perte d'intérêt, comment aider et prévenir dès les prémices du décrochage. Ce guide à destination des parents, des enseignants et de tous les acteurs confrontés à cette question foisonne de pistes et d'expériences éclairantes, tout en analysant les causes et les enjeux d'un véritable phénomène de société.

ASSISTANTES MATERNELLES : UN MONDE EXTRAORDINAIRE

Auteur: Jean Epstein
Éditeur: Editions Duval

Ces textes sont le reflet des situations concrètes qui jalonnent la vie des assistantes maternelles tout autant qu'ils traduisent le développement de l'enfant et expriment les conditions de communication et de relation avec les parents, sans oublier les contraintes sociétales qui s'imposent à tous. Ce livre regroupe tous ses textes, réorganisés autour de ces quatre axes pour leur donner une nouvelle ampleur.



25



GRANDIR EN S'AMUSANT

Auteur: Collectif
Éditeur: Tana

Ce livre offre de multiples façons à vos enfants de stimuler la créativité et le désir d'apprendre tout en s'amusant. Des jeux et des activités sont présentés pour presque n'importe quelle situation d'un long trajet en automobile à une soirée en famille.

L'ÉCOLE MATERNELLE

Auteur: C. Kornberg Anzel, C. Skrzynski et C. Kafka
Éditeur : Marabout

Un guide humoristique, qui se lit facilement, sur la progression de votre enfant à l'école maternelle.





APPRIVOISER LES ÉCRANS ET GRANDIR

Auteur: Serge Tisseron

Éditeur: ÉDITION ERES

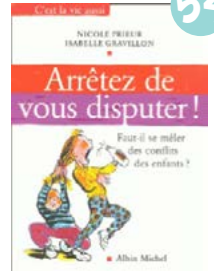
Les technologies numériques ont bouleversé notre vie publique, nos habitudes familiales et même notre intimité. Les parents et les pédagogues en sont souvent désorientés. L'auteur donne quelques conseils simples articulés autour de quatre étapes essentielles de la vie des enfants : l'admission en maternelle, l'entrée au CP, la maîtrise de la lecture et de l'écriture, et le passage en collège. A nous d'inventer de nouveaux rituels.

COMPRENDRE LE MONDE DE L'ENFANT

Auteur: Nicole Prieur et Isabelle Gravillon

Éditeur: Albin Michel

Il est souvent difficile pour les parents de voir leurs enfants se disputer, comme si cela révélait un échec éducatif grave ! Pourtant, rien de plus normal... Dans les relations fraternelles, des moments de complicité et d'amour alternent avec des périodes de rivalité et de haine. Ce livre aide les parents à prendre du recul et répond à leurs interrogations.





PETITE ENFANCE

22



l'éveil des tout-petits

L'ÉVEIL DES TOUT-PETITS

Auteur: Anne Bacus

Éditeur: Marabout



Un guide simple et pratique, pour accompagner la mère et son enfant pendant les douze premiers mois de la vie. Mois par mois, les grands sujets : l'alimentation, les soins, le sommeil, le mode de garde, les dangers, les apprentissages, la santé, l'éducation et la psychologie.

ÇA MORD À LA CRÈCHE

Auteur: Marie Léonard-Mallaval

Éditeur: Eres

L'auteure a choisi de s'intéresser à la morsure qui provoque toujours une émotion vive et génère des réactions quelquefois violentes. Elle élargit ensuite le débat sur l'agressivité de l'adulte, à partir de la distinction entre dressage et éducation, en examinant la maltraitance et les violences éducatives et institutionnelles.



43

MASSAGES POUR MON BÉBÉ

Auteur: Nicki Baindridge

Éditeur: Hachette



Les massages apportent un bien-être au bébé, ils permettent de lui faire prendre conscience de son propre corps et de le soulager de quelques maux comme les ballonnements, le mal de dents ou la constipation. Les auteurs rappellent les bases d'un bon massage: choix de l'huile, test de tolérance, conditions requises, moments privilégiés, etc. Les différentes techniques sont ensuite détaillées.

VOTRE BÉBÉ DE 0 À 3 ANS

Auteur: Candice Kornberg Anzel et Camille Skrzynski

Éditeur: Marabout

Un livre illustré qui traite de la maternité et de la paternité avec humour et sans langue de bois ! Grâce à ce livre déculpabilisant et décomplexant, vous saurez tout sur ce qui vous attend, des premières semaines où on ne sait pas comment s'y prendre, aux nuits sans dormir, les week-ends au parc, les anniversaires et l'entrée à l'école.



MON BÉBÉ DORT BIEN

Auteur: Edwige Antier

Éditeur: Jacob-Duvernoy



Bébé s'endort mal, se réveille en pleurant. A-t-il mal? A-t-il peur du noir? Se sent-il privé de votre présence? A quel âge espacer les tétées de nuit? Est-il dangereux de le laisser pleurer, de le garder dans votre lit ? Sept fois sur dix, les appels au pédiatre concernant des troubles du sommeil. Praticienne reconnue pour son travail auprès des tout-petits et des parents, Edwige Antier apporte ici, un guide sur les nuits avec votre enfant de la naissance à 3 ans.

LES SECRETS D'UNE CHARMEUSE DE BÉBÉS

Auteur: Tracy Hogg

Éditeur: J'ai lu

L'auteure vous apprendra à comprendre le langage et à décrypter les gestes des bébés, à découvrir leurs besoins et retrouver confiance en vous. En développant notre sens de l'observation et de l'écoute, nous pouvons tous acquérir ce don de charmer les bébés.



TANT QUE JE SERAI LÀ...

Auteur: Elsa Ferrier // Illustrateur : PEF

Éditeur: Gallimard jeunesse

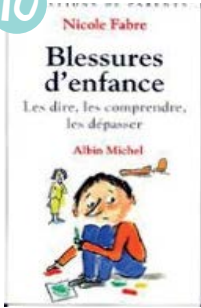


Tout le monde peut avoir peur... Petits ou grands.
Un album apaisant, véritable ode à l'imagination.



PSYCHOLOGIE

10



BLESSURES D'ENFANCE

Auteur: Nicole Fabre

Éditeur: Albin Michel

Nicole Fabre à travers son expérience de la psychothérapie d'enfants, exprime les douleurs ou les traumatismes terribles vécus durant les premières années de la vie. Elle retrace le parcours d'enfants fragiles et explique que leurs blessures doivent être entendues pour pouvoir se cicatriser. Ce livre sensibilise à la compréhension de l'enfant.

CHACUN CHERCHE UN PÈRE

Auteur: Marcel Rufo

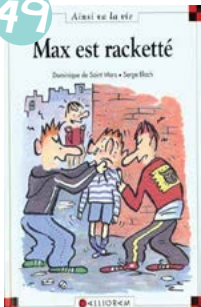
Éditeur: Livre de poche

Au fil du temps, l'enfant apprend à composer avec son père tel qu'il est dans la réalité, même s'il n'oublie jamais tout à fait le héros qui lui a transmis des rêves de gloire et de grandeur, et tente de le retrouver dans d'autres figures paternelles, comme autant de " suppléments " de père qui l'aideront à renforcer sa confiance en soi.



37

49



MAX EST RACKETTÉ

Auteur: Denis de Saint Mars

Éditeur: Calligramme ainsi va la vie

Max se fait voler son vélo et on l'oblige à payer pour le récupérer, en le menaçant s'il parle. Une histoire de Max et Lili qui apprend que l'on peut devenir bandit à tout âge et qu'un enfant peut se retrouver tout seul face à une situation angoissante.

DE L'ÉCOUTE AU RESPECT

Auteur: Martine Delfos

Éditeur: Eres

42

Martine Delfos

De l'écoute
au respect,
communiquer
avec les enfants



Martine Delfos présente les techniques de communication, la nécessaire adaptation à l'âge des enfants, mais insiste surtout sur l'attitude à adopter qui doit être fondée sur la cordialité, le respect, la confiance en la parole de l'enfant sur lui-même.

100 HISTOIRES DU SOIR

Auteur: Sophie Carquain

Éditeur: Marabout



Des histoires pour faire face à toutes les situations et aider les enfants à surmonter les petits bobos et les gros chagrins. Par ses personnages attachants auxquels l'enfant peut s'identifier, le conte lui permet de nouer un dialogue avec son entourage et de gérer son anxiété en évoquant, directement ou non, ce qui le trouble.

UN ENFANT ÉPANOUÍ

Auteur: Dr Jacques Thomas

Éditeur: Marabout

13



On ne naît pas épanoui, on le devient. C'est le rôle des parents et, plus largement, de tous les éducateurs de favoriser cet épanouissement. Il est important de connaître les différentes étapes du développement, de savoir doser autorité, tendresse et exigence, encouragements et respect. Ainsi, l'enfant pourra suivre un chemin structuré et connaître une vie d'adulte heureuse et équilibrée.

LE GRAND LIVRE DE LA VIE ET DE LA MORT

Auteur: Sylvie Baussier – Sandra Poirot Cherif

Éditeur: Milan

27

Le grand livre de la vie et de la mort

Sylvie Baussier Sandra Poirot Cherif



Qu'ils soient ou non confrontés à un deuil, les enfants se posent de nombreuses questions. Ce livre leur propose des réponses et permet de réfléchir ensemble, avec les adultes, pour qui il est parfois délicat de trouver les mots justes. Entre album et documentaire, le livre présente 5 récits mythologiques de différentes civilisations sur leur vision de la mort, de l'immortalité et du cycle de la vie.

LILI EST STRESSÉE PAR LA RENTRÉE

Auteur: Denis de Saint Mars

Éditeur: Calligramme ainsi va la vie

En pleine vacances, Lili est stressée... par la rentrée ! Ça énerve ses parents, alors que Max s'en fiche. Seul, son copain Benoît essaie de l'aider. Lili va-t-elle retrouver la joie de vivre ? Ce petit livre de Max et Lili parle du stress, cette tension qui envahit le corps quand on n'arrive pas à s'adapter à une difficulté, réelle ou imaginaire, qui paraît insurmontable.

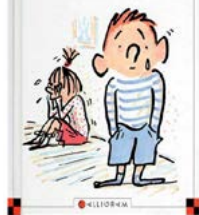
48



50

Grand-père est mort

Denis de Saint Mars - Serge Blot



GRAND-PÈRE EST MORT

Auteur: Denis de Saint Mars

Éditeur: Calligramme ainsi va la vie

Le téléphone sonne et Max et Lili apprennent la mort de leur grand-père. Tous partent rejoindre leur grand-mère pour l'enterrement. Une histoire pour partager ses questions et ses émotions, pour exprimer ses peurs.

16



FAMILLES RECOMPOSÉES, UN DÉFI À GAGNER

Auteur: Sylvie Cadolle

Éditeur: Marabout

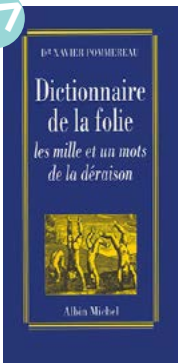
Recomposer un couple ou une famille après une séparation, c'est une nouvelle aventure qui commence. Vous vous inquiétez de la réaction de vos enfants ? La reconstitution familiale est un défi auquel vous êtes de plus en plus nombreux à être confrontés, et ce livre vous aidera à l'aborder avec lucidité. Il vous éclaire sur les obstacles inhérents à cette situation, mais également sur les atouts dont vous disposez.

DICTIONNAIRE DE LA FOLIE

Auteur: Xavier Pommereau

Éditeur: Albin Michel

77



Psychopathe, parano, zinzin, barjo, marteau : l'abondance des mots de la folie témoigne d'une vitalité surprenante. Avec plus de mille termes empruntés à la langue commune, verte ou savante, ce dictionnaire est le premier grand corpus rassemblé sur ce vocabulaire foisonnant, dans lequel ces mots et locutions sont datés, définis, analysés en fonction de leur évolution sémantique et accompagnés d'exemples, de synonymes ou de variantes.



Quand il ya de la place
pour 2, il y en a pour 3
... mais **BEAUCOUP** moins

FAMILLE

29



PAPA DÉBUTANT

Auteur: Lionel Pailles

Éditeur: First

Le guide qui répond aux questions les plus fréquemment posées par les futurs papas aux spécialistes.. Des parties à remplir, le baby blues des papas et sa prévention, des idées pour annoncer une grossesse aux proches, des suggestions d'activités, un zoom sur le congé paternité.

RELATIONS FRÈRES-SOEURS : DU CONFLIT À LA RENCONTRE

Auteur: Catherine Dumonteil-Kremer

Éditeur: Poches Jouvence

Les relations frères-soeurs ne sont pas vouées à l'échec, bien au contraire. Convaincue, Catherine Dumonteil-Kremer, partage dans ce livre ses expériences et découvertes, propose des astuces, jeux et conseils toujours très proches du quotidien des parents.



73

Nour-Eddine Benzohra
Cécile Barroux-Chabanol

L'art d'être des parents séparés



Albin Michel

L'ART D'ÊTRE DES PARENTS SÉPARÉS

Auteur: N-E. Benzohra et C. Barroux-Chabanol

Éditeur: Albin Michel

Un état des lieux des divorces en France. Les nombreux exemples permettent d'incarner les thèmes abordés : On se sépare ; Passons aux faits ; Mais on reste parents ; Rester un éducateur ; L'enfant est une personne ; Dialoguer ; Quand la famille devient pluriel ; Ce qu'on ne dit pas ; Séparations des familles adoptives homoparentales et des couples dits mixtes ; Et si la séparation avait du bon ?

JALOUSIES ET RIVALITÉS ENTRE FRÈRES ET SOEURS

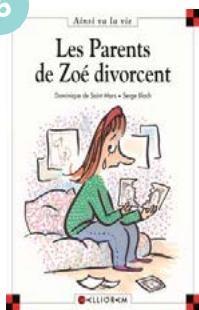
Auteur: Adele Faber – Éline Mazlich

Éditeur: Stock

Comment aider les enfants à exprimer sans violence les sentiments négatifs qu'ils ressentent ; comment être juste sans pour autant être obligé de traiter les enfants tous de la même façon ; comment aider l'enfant agressif et l'enfant passif ; comment apaiser la colère des enfants qui se battent et comment les motiver pour qu'ils trouvent la solution à leurs différends.



56^B



LES PARENTS DE ZOÉ DIVORCENT

Auteur: Serge Bloch

Éditeur: Allioram

Ce livre aborde le sujet des tiraillements et de la détresse éprouvés par les enfants lors de la séparation définitive de ses parents.

MAX ET LILI VEULENT ÉDUCER LEURS PARENTS

Auteur: Serge Bloch

Éditeur: Allioram

Un livre intéressant qui traite de l'éducation des parents depuis la vue de l'enfant. D'une idée originale, il permet de voir l'éducation d'une autre vue et sous un angle différent.



55
« 55^{ème} aventure
parentale »

Revue
Lectures de
l'Atelier des Parents



GRANDIR AVEC SES ENFANTS

Auteur: Nicole Prieur

Éditeur: l'atelier des parents

Etre parent : une aventure ! Se méfier des avalanches de conseils contradictoires censés aider à bien élever nos enfants. « Les parents sont les seuls vrais experts », affirme Nicole Prieur, philosophe et psychothérapeute pour enfants et adolescents. Comment faire ? Accepter de grandir avec nos enfants...

NOS ENFANTS, CES PETITS PHILOSOPHES

Auteur: Nicole Prieur et Isabelle Gravillon

Éditeur: Albin Michel

Pourquoi on meurt ? J'étais où avant de naître ? Pourquoi on mange des animaux ? Dès l'âge de 4 ou 5 ans, avec leurs drôles de questions sur la vie, les enfants ont le hic pour laisser les adultes sans voix. Comment y répondre ?

56





MATERNITÉ / PATERNITÉ

2



PEUT-ON ÊTRE UNE BONNE MÈRE ?

Auteur: Christiane Olivier

Éditeur: Editions Fayard

Il n'est pas toujours recommandé d'être "bonne" quand on est mère ; il serait plus indiqué d'être "suffisante". C'est en tout cas ce que tous les psychologues pensent à défaut des mères car il ne s'agit pas d'entourer son enfant d'un bonheur absolu et de se sentir coupable de lever le ton, il s'agit de prendre en compte qu'un enfant doit être préparé à aller vers une vie d'adulte.

LA GROSSESSE

Auteur: Candice Kornberg Anzel et Camille Skrzynski

Éditeur: Marabout

Enfin un ouvrage illustré qui traite de la grossesse avec humour et sans langue de bois ! Quand on attend un bébé, on a envie de savoir la vraie vérité, celle qu'on ne lit pas dans les bibles de puériculture, celle qu'on nous cache, celle qu'on se passe sous le manteau. Grâce à ce livre déculpabilisant et décomplexant, vous saurez tout sur ce qui vous attend, entre petits maux, grosses peurs, vrais soucis et fausses croyances.



67



JEUNE PAPA

Auteur: Cand. Kornberg Anzel, Cam. Skrzynski et Oli. Barbin

Éditeur: Marabout

LE guide illustré qui traite de la maternité et de la paternité avec humour et sans langue de bois ! Tout savoir sur la grossesse du futur père et de ses premiers pas en tant que papa. Le vocabulaire à retenir, des jeux pour déterminer son profil de père, les trucs à faire ou à ne pas faire le jour J mais aussi les jours à venir avec bébé ! Oui au droit de flipper lors du premier bain... Un ton léger pour décontracter les futurs et jeunes papas !



VIE DE COUPLE

61



LA FEMME SEULE ET LE PRINCE CHARMANT

Auteur: Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Pocket

Divisé en trois parties, la femme seule et le prince charmant jette un nouveau regard sur le célibat que connaissent de plus en plus de femme entre 20 et 50 ans. Un nouveau regard qui change l'idée du célibat, de celui d'une femme seule à celui d'un véritable art de vivre.

63

AGACEMENTS

Auteur: Rose-Marie Charest, Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Livre de poche



Une ouverture réelle sur la vie en couple, les difficultés qui font qu'il est de plus en plus rare de voir des couples qui perdurent. La routine, l'envie de l'autre qui se détériore, l'usure du temps...

62



OSER LE COUPLE

Auteur: Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Livre de poche

A travers des témoignages concrets, ce livre apporte des réponses aux questions sur les relations dans le couple, les divergences et complémentarités entre les hommes et les femmes, les mécanismes et les motifs de discorde au sein de l'intimité conjugale. Une réflexion sur la défense de soi et sur son identité face à l'autre.

SEX@MOUR

Auteur: Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Livre de poche

Internet a bouleversé le paysage des rencontres amoureuses. Avec une étonnante rapidité, la sexualité s'est banalisée au point de devenir un nouveau loisir. Mais le sexe peut-il vraiment devenir un loisir comme les autres ? Comment combiner sexe et amour, plaisir de l'instant et engagement durable ? Voici quelques clés essentielles du nouveau monde amoureux d'aujourd'hui.



UN LIT POUR DEUX

Auteur: Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Livre de poche



De lancinants petits riens. Il ou elle siffle, ronfle ; il ou elle bouge, tressaille ; il ou elle prend trop, mal la place ; il ou elle se lève, se couche trop tard ou trop tôt ; il ou elle préfère la couette, la couverture, le drap tendu ou pas tendu... Il ou elle, on l'aura compris, s'ausculte, se conserve et surtout souhaite dormir, dormir...

PIÉGÉE DANS SON COUPLE

Auteur: Jean-Claude Kaufmann

Éditeur: Livre de poche

Des témoignages de femmes (et de quelques hommes) qui se sentent enfermés dans leur relation amoureuse et ne savent pas comment y mettre fin ou ne s'en sentent pas capable tout simplement. Pour des raisons financières, par peur de la solitude, pour préserver les enfants...



BoooooAAAH!



©NATHALIE JOMARD

ADOLESCENCE

6



Dr Alain Braconnier

Le Guide de l'adolescent

De 10 ans à 25 ans



LE GUIDE DE L'ADOLESCENT

Auteur: Dr Alain Braconnier

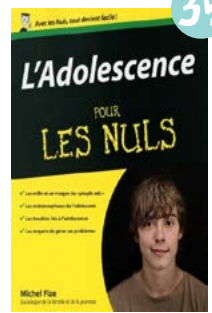
Éditeur: Odile Jacob

La vie en famille. Les amis. Le corps qui s'éveille. La vie amoureuse et sexuelle. La scolarité. Les loisirs. Les conduites à risques et les problèmes. Pour chacune des étapes de l'adolescence, le Dr Alain Braconnier analyse les thèmes de la vie quotidienne. Il répond aux questions que se posent les parents d'aujourd'hui et les aide à accompagner leurs enfants dans cette traversée tumultueuse.

L'ADOLESCENCE POUR LES NULS

Auteur: Michel Fize

Éditeur: Broché



35

S'adressant tant aux parents qu'aux adolescents eux-mêmes, ce livre dévoile les multiples facettes d'un univers dont vous ne soupçonnez peut-être pas la richesse. Car, enfin, l'adolescence ne se résume pas à des complications physiologiques ou à des crises familiales; elle est aussi cette période déterminante de la vie durant laquelle se façonne l'homme ou la femme de demain.

REGARD CROISÉS SUR L'ADOLESCENCE

Auteur: Marcel Rufo et Marie Choquet

Éditeur: Anne Carrière

17



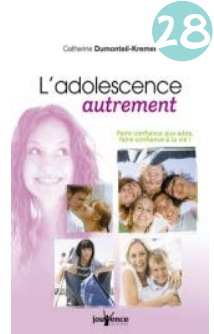
Les auteurs tentent de mieux comprendre l'évolution des jeunes d'aujourd'hui, leurs préoccupations, leurs attitudes face à l'adulte, à l'école... Les enquêtes menées aujourd'hui contribuent à une meilleure perception des adolescents d'aujourd'hui et permettent de faire des propositions pratiques pour mieux les connaître, mieux leur parler, et surtout mieux échanger.

L'ADOLESCENCE AUTREMENT

Auteur: Catherine Dumonteil-Kremer

Éditeur: Jouvence

Au travers d'expériences et de connaissances, l'auteur aborde des sujets très variés : rituels de passage, jeux vidéo, mais aussi les questions délicates des substances psychoactives, de la sexualité, de la pression scolaire et de l'orientation professionnelle. Avec ce livre, améliorer votre relations avec vos ados et éviter les tensions !



8

PHILIPPE JEAMMET

POUR NOS ADOS,
SOYONS ADULTES



Odile
Jacob

POUR NOS ADOS, SOYONS ADULTES !

Auteur: Philippe Jeammet

Éditeur: Odile Jacob

Pour vivre, les adolescents ont besoin que les adultes sachent tenir leur place et imposer leur soutien, leur accompagnement, leur autorité. Plus que tout, ils ont besoin que ces mêmes adultes témoignent, par leur existence, de l'intérêt que la vie a en elle-même, indépendamment des échecs, des souffrances, des déceptions inévitables. Philippe Jeammet, l'un des plus grands spécialistes français de l'adolescence, nous livre ici un témoignage unique pour les adolescents, les parents, pour nous tous.

PARLER POUR QUE LES ADOS ÉCOUTENT, ÉCOUTER POUR QUE LES ADOS PARLENT

Auteur: Adèle Faber et Éline Mazlish

Éditeur: Éditions du Phare

Un livre qui permet d'aborder les nombreux sujets de possibles conflits. Couvre-feux, bandes, drogues, sexualité, tous ces sujets sont présentés. Un livre qui permet de donner les clés pour résoudre les conflits.



ADOS EN VRILLE, MÈRES EN VRAC

Auteur: Dr Xavier Pommereau

Éditeur: Livre de poche

74



En vrille : les ados qui « pètent les plombs », se droguent, s'automutilent ou sombrent dans l'anorexie. En vrac : les parents qui assistent, impuissants, à ce désastre. Les mères sont les premières à décrypter les signaux d'alerte et ce sont elles qui souffrent le plus. Surtout lorsqu'elles manquent de soutien ou doivent affronter par ailleurs des problèmes personnels.

NOS ADOS.COM EN IMAGES

Auteur: Dr Xavier Pommereau

Éditeur: Odile Jacob

Ados.com parce que ce sont les enfants de la com'. Ils savent se mettre en valeur. Ils sont très à l'aise en apparence, branchés en permanence via leur portable ou sur Facebook. Le problème avec eux, c'est qu'ils ne nous parlent pas de leurs états d'âme, ils les donnent à voir. ce livre propose une méthode innovante pour aider les ados d'aujourd'hui et leurs parents. Une approche unique pour les comprendre, les respecter et les soigner.

75

Dr XAVIER POMMEREAU

**NOS ADOS.COM
EN IMAGES**

COMMENT LES SOIGNER



LE GOÛT DU RISQUE À L'ADOLESCENCE

Auteur: Dr Xavier Pommereau

Éditeur: Albin Michel

76

Dr XAVIER POMMEREAU

**Le goût du risque
à l'adolescence**

Le comprendre et l'accompagner



Ce livre explique aux parents et aux adultes comment décoder le comportement des ados et, sans être constamment sur leur dos, les laisser prendre des risques en assurant un cadre suffisant et en misant sur le dialogue. Il leur donne des clés, car prévenir vaut toujours mieux que guérir, afin d'accompagner cette belle aventure que peut être l'adolescence.

Qu'on s'entende
bien sur les mots,
il ne s'agit pas
d'addiction mais
plutôt de ... passion !



Astrid M.

ADDICTIONS

19

CANNABIS : LES RISQUES EXPLIQUÉS AUX PARENTS

Auteur: collectif

Éditeur: INPES



Cette brochure destinée aux parents a pour objectif d'apporter des informations concrètes qui leur permettront de connaître les risques démontrés de la consommation de cannabis et de leur donner des clés pour un dialogue avec leur enfant. Elle a aussi pour rôle de les guider dans l'aide à lui apporter s'ils sentent qu'il a commencé à "déraper".

DROGUE ET DÉPENDANCE

Auteur: collectif

Éditeur: INPES

Ce livre propose une information accessible à un large public, permettant de mieux comprendre les drogues : leurs effets et leurs dangers, les différents comportements de consommation, les données épidémiologiques, les législations en vigueur, comment agir et aider, quelques repères historiques, une sélection d'ouvrages pour aller plus loin, un lexique, les sites internet utiles et les lignes téléphonique pour être aidé.



14

AIDE-MÉMOIRE : LES JEUNES ET L'ALCOOL

Auteur: Guylaine Benec'h

Éditeur: Dunod

34

ADCS
Guylaine Benec'h
Professeure de Sciences de la Santé

Aide-mémoire

Les jeunes et l'alcool



La question de la consommation d'alcool des jeunes et de ses conséquences est devenue, depuis quelques années, une priorité des politiques publiques. Cet aide-mémoire décrit les mesures existantes pour limiter les problèmes liés aux consommations excessives d'alcool des jeunes. Il présente des exemples concrets choisis pour leur adéquation avec les recommandations énoncées.

MAX EST FOU DE JEUX VIDÉO

Auteur: Serge Bloch

Éditeur: Allioram

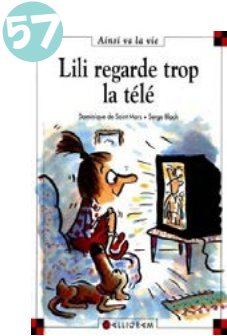
Un livre qui traite d'un sujet de plus en plus commun, la dépendance aux jeux-vidéos. Les enfants se retrouvent de plus en plus jeune à être confronté aux univers virtuels.



LILI REGARDE TROP LA TÉLÉ

Auteur: Serge Bloch

Éditeur: Allioram



Si la télévision est une merveilleuse porte ouverte sur le monde, elle peut être aussi un moyen sournois de se couper de la réalité. Celle-ci peut permettre d'acquérir de nouvelles connaissances, d'avoir un oeil ouvert sur ce qui se passe dans le monde, elle peut aussi être un véritable piège qui peut se transformer en obsession.

THÈMES D'ACTUALITÉ

Tahar Ben Jelloun
Le terrorisme expliqué
à nos enfants



LE TERRORISME EXPLIQUÉ À NOS ENFANTS

Auteur: Tahar Ben Jelloun

Éditeur: Seuil

Dans la série des sujets sensibles (le racisme, les camps...), Tahar Ben Jelloun reprend le principe du dialogue avec un enfant, ou plutôt un adolescent; à partir de ses réactions et questions, il tache d'expliquer objectivement ce qu'est le terrorisme, ce qu'il faut comprendre et condamner.

L'ENFANT ET LES JEUX DANGEREUX

Auteur: Héléne Romano

Éditeur: Dunod

Cet ouvrage écrit par une professionnelle intervenant régulièrement sur ce sujet a pour objectif d'informer parents et professionnels, sur la réalité de ces pratiques dangereuses et jeux traumatiques et d'apporter des pistes de réflexions pour prévenir ces risques.

40
**L'enfant
et les jeux
dangereux**

Héléne Romano



DUNOD

Je suis Charlie.



Camille
Skrzyński

ADRESSE

UDAF de l'Orne
44 rue de Cerisé
BP 32
61001 ALENCON CEDEX

ADRESSE ÉLECTRONIQUE

udaf@udaf-orne.fr

SITE INTERNET

www.udaf-orne.fr

TÉLÉPHONE

02.33.80.32.20

TÉLÉCOPIE

02.33.80.32.29

