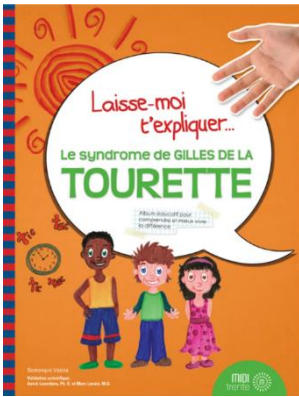


Livres de références - prêts aux parents

Collection Laisse-moi t'expliquer :

Le syndrome de Gilles de la Tourette



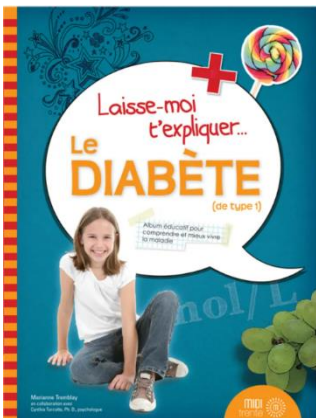
Destiné aux enfants d'âge scolaire – et à leurs parents, cet « album documentaire » présente, un peu à la manière d'un scrapbook réalisé par un enfant, l'histoire de Maxime. Comme beaucoup de garçons de son âge, Maxime est passionné de hockey. Il doit cependant affronter de nombreux défis, car il a le Syndrome de Gilles de la Tourette, ce qui le rend un peu différent des autres enfants.

De manière amusante et imagée, cet ouvrage de vulgarisation explique aux enfants, dans leurs mots, ce qu'est le SGT. Maxime partage de manière simple sa réalité, ses questionnements et ses difficultés. Agrémenté de plusieurs trucs et conseils avisés et d'illustrations réalisées par des enfants, cet album est conçu expressément pour plaire aux jeunes et pour les aider à mieux vivre ou à mieux comprendre la différence.

« Le syndrome de Gilles de la Tourette est un trouble neurologique qui occasionne des tics (mouvements ou sons involontaires).

À cause du syndrome de Gilles de la Tourette, mon cerveau envoie parfois un mauvais message à mon corps, qui produit alors un mouvement ou un son que je n'ai pas voulu : un tic. J'ai des tics moteurs (mouvements) et des tics sonores (sons). Ce qui est embêtant, c'est que mes tics sont souvent forts ou même dérangeants. C'est gênant parce qu'alors, tout le monde me regarde ! ».

Le diabète



Pour les enfants, la vie avec une maladie chronique comme le diabète peut être marquée par l'insécurité et les questionnements. Les impacts physiques d'une telle maladie sont importants, mais les impacts sociaux et psychologiques doivent également être considérés. Voici donc un album documentaire qui tente d'expliquer cette maladie complexe de façon simple et ludique.

Destiné aux enfants d'âge scolaire – et à leurs parents - cet album présente l'histoire d'une jeune fille qui souffre de diabète et qui raconte, dans ses mots et à l'aide d'images amusantes, comment elle s'adapte à cette réalité. Le tout est agrémenté de plusieurs trucs et conseils avisés, d'illustrations faites par des enfants, de photos et d'une foule de surprises. Le livre est conçu expressément pour plaire aux enfants et pour les aider à mieux vivre ou à mieux comprendre le diabète.

La dyspraxie



Bonjour ! Je m'appelle Camille. J'ai 9 ans. Je collectionne les figurines, j'adore les chevaux et le théâtre et je suis... très maladroite. En fait, j'ai un handicap qui s'appelle la dyspraxie. Sais-tu ce que c'est ? La dyspraxie (ou trouble d'acquisition de la coordination) est un trouble neurologique qui affecte la capacité à planifier, à organiser et à automatiser les gestes moteurs pour réaliser une action. En d'autres termes, c'est une difficulté à effectuer les bons mouvements.

Destiné aux enfants d'âge scolaire et à leurs parents, cet album documentaire présente, un peu à la manière d'un scrapbook réalisé par un enfant, l'histoire de Camille, qui est dyspraxique. Simple et concret, cet ouvrage de vulgarisation explique aux enfants, dans leurs mots, ce qu'est la dyspraxie. Camille y aborde les difficultés et les questionnements liés à son intégration scolaire, à sa vie de famille et aux divers défis psychosociaux qu'entraîne sa condition. Plusieurs trucs concrets et conseils avisés agrémentent cet ouvrage illustré par les enfants de l'École Saint-Jean-Baptiste à Jonquière.

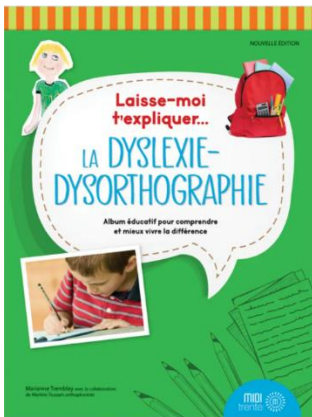
Le trouble développemental du langage



Destiné aux enfants d'âge scolaire – et à leurs parents, cet « album documentaire » présente, un peu à la manière d'un scrapbook réalisé par un enfant, l'histoire de deux frères jumeaux, Thomas et Victor. Même s'ils ont tous les deux la même grandeur, les cheveux noirs et les yeux bleus, il y a une grande différence entre eux puisque Victor présente un trouble développemental du langage (TDL).

De manière amusante et imagée, cet ouvrage de vulgarisation explique aux enfants, dans leurs mots, ce qu'est le TDL. Thomas et Victor abordent les difficultés et les questionnements liés à l'intégration scolaire, à la vie en famille et, plus généralement, les défis qu'un enfant présentant un trouble développemental du langage doit relever au quotidien. Agrémenté de plusieurs trucs et conseils avisés et d'illustrations réalisées par des enfants, cet album est conçu expressément pour plaire aux jeunes et pour les aider à mieux vivre ou à mieux comprendre la différence.

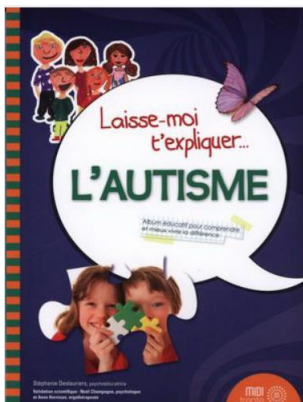
La dyslexie-dysorthographe



« Je m'appelle Bastien, j'adore le soccer et... je suis dyslexique-dysorthographique. Sais-tu ce que c'est ?

La dyslexie-dysorthographe est un trouble d'origine neurologique qui entraîne des difficultés importantes à lire et à écrire les mots. Laisse-moi t'expliquer. Pour moi, la lecture est un véritable casse-tête. J'ai beaucoup de mal à mettre les bons morceaux ensemble. Comme si les lettres dansaient dans ma tête ! J'ai aussi des difficultés à écrire les mots, surtout lorsqu'il y a des lettres muettes ou des règles de grammaire particulières. Parfois, je trouve ça difficile d'être dyslexique-dysorthographique. Heureusement, j'ai trouvé des trucs pour m'aider dans mes apprentissages et plusieurs personnes sont là pour me soutenir. »

Le trouble du spectre de l'autisme



Salut! Je m'appelle Coralie. J'ai 8 ans. J'ai de grandes oreilles, des taches de rousseur et les cheveux bouclés.

J'ai un petit frère, Léo. On se ressemble beaucoup. En même temps, il est très différent de moi, car il est autiste. Sais-tu ce que c'est, l'autisme?

L'autisme est une condition qui affecte la capacité de communiquer et d'entrer en relation avec les autres, en plus de restreindre les intérêts de la personne. Ceci est dû au fonctionnement différent du cerveau des personnes autiste.

Quand mes parents m'ont annoncé que mon petit frère était autiste, je leur ai demandé s'il allait arrêter de l'être un jour. Mes parents m'ont répondu que non. Ce n'est pas une maladie : ça ne se guérit donc pas.

J'ai mis du temps à comprendre comment mon petit frère se sent et comment il perçoit le monde qui l'entoure. Quand des amis viennent à la maison, ils trouvent mon frère différent. Et moi je leur dis que je suis chanceuse d'avoir Léo comme petit frère : il est unique!

Collection « Super héros »

Fantastique Moi calme sa colère

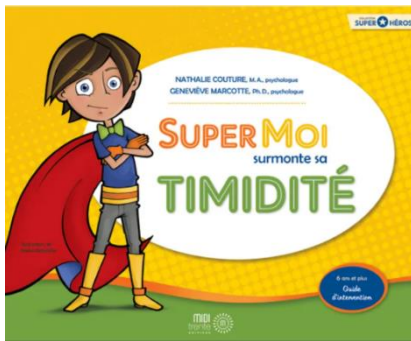


La colère est une émotion normale et essentielle. Elle constitue un mécanisme d'adaptation utile pour se défendre et pour survivre. Elle a toujours existé ! Cependant, cette émotion peut être difficile à vivre pour l'enfant et sa gestion inadéquate peut occasionner de multiples crises.

Que faire alors pour aider l'enfant à vivre cette émotion de manière saine ? Comment l'aider à se sentir calme et bien dans sa peau tout en respectant ses besoins ? Écrit dans un langage clair et abondamment illustré, ce guide d'intervention permettra à l'enfant de 6 ans et plus de trouver une foule de stratégies pour mieux gérer sa colère, pour explorer ses émotions, ses attentes et ses perceptions, et pour trouver des solutions positives qui lui permettront de mieux répondre à ses besoins.

Voilà donc un outil pratique et accessible pour aider nos jeunes « héros » à mieux vivre la colère, l'agressivité et l'impulsivité, en plus de trouver des outils pour s'exprimer sagement et pour se sentir plus calmes et posés dans leur vie de tous les jours.

Super Moi surmonte sa timidité

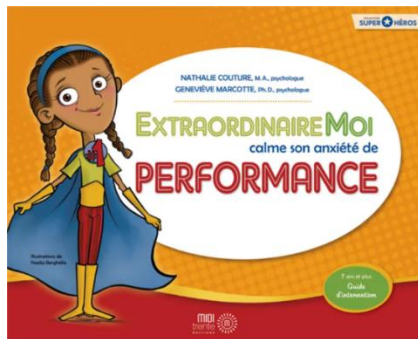


Tous les enfants peuvent se sentir timides à l'occasion. Le problème, c'est lorsque la timidité est si envahissante que l'enfant en perd ses moyens. Nerveux, maladroit, il est tellement stressé qu'il ressent des symptômes physiques désagréables. Il peut alors douter de lui-même et se faire jouer des tours par ses pensées.

Écrit dans un langage clair et abondamment illustré, ce guide d'intervention permettra à l'enfant de trouver une foule de stratégies concrètes pour surmonter sa timidité, enrichir son bagage d'habiletés sociales et cultiver des attitudes positives, qui lui permettront de passer à l'action et de se sentir compétent.

Voilà donc un outil accessible pour aider nos jeunes « héros » à mieux vivre leurs relations sociales et à se sentir plus confiants dans leur vie de tous les jours.

Extraordinaire Moi calme son anxiété de performance

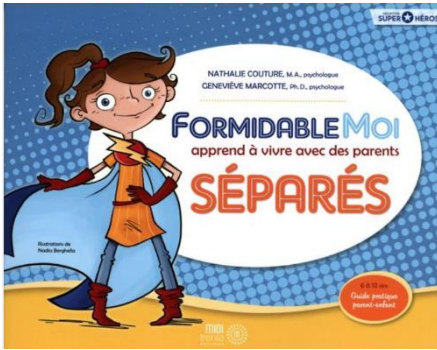


La plupart des enfants vivent un stress avant un examen, une compétition ou un événement important, c'est tout à fait normal ! Cependant, certains enfants accordent parfois trop d'importance à la réussite et appréhendent tellement la peur de l'échec que ces situations leur causent un niveau de stress démesuré : panique, angoisse, malaises physiques, pensées négatives, etc. C'est ce qui arrive à ceux et celles qui sont aux prises avec de l'anxiété de performance.

Destiné aux enfants de 6 à 12 ans, ce guide d'intervention illustré leur permettra de trouver une foule de manières de calmer leur désir de perfection, leur peur de faire des erreurs ou la tendance à remettre à plus tard qui en découle parfois. Plusieurs exercices simples et imagés les aideront à modérer leurs insécurités et à avoir des attentes réalistes.

Voilà un outil accessible pour aider les petits « héros » à reconnaître leur pleine valeur et à développer une plus grande confiance en leurs habiletés.

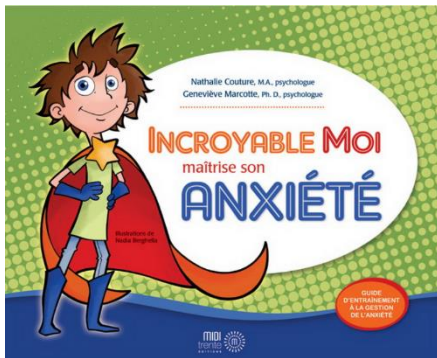
Formidable Moi apprend à vivre avec des parents séparés



La séparation des parents peut générer bien du stress et de l'anxiété chez les enfants. En plus de nécessiter des facultés d'adaptation, ces changements amèneront invariablement des questionnements auxquels il est essentiel de porter attention.

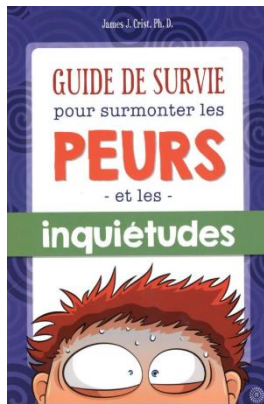
Destiné aux enfants de 6 à 12 ans, ce guide d'intervention illustré leur permettra de trouver une foule de manières de s'adapter aux conséquences de la séparation de leurs parents, quel que soit le moment auquel les difficultés surviennent (avant l'annonce, pendant un divorce ou même beaucoup plus tard...). Chacune des sections présente une introduction théorique à l'intention des adultes et est suivie d'explications simples et imagées, dans des mots d'enfants. Plusieurs exercices concrets et des illustrations amusantes ponctuent cet ouvrage incontournable pour tous ceux qui souhaitent donner aux enfants des outils efficaces pour traverser sereinement le processus de la séparation parentale. Vous constaterez certainement que leurs ressources personnelles sont tout simplement... formidables!

Incroyable Moi maîtrise son anxiété



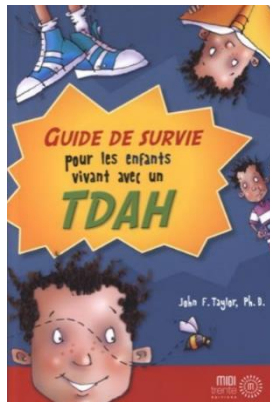
De toutes les pathologies rencontrées chez les enfants, les troubles anxieux sont parmi les plus fréquents. Cependant, les parents et les divers intervenants amenés à interagir avec les enfants anxieux n'ont pas toujours les outils nécessaires pour bien leur expliquer comment faire pour mieux maîtriser leurs peurs et leurs angoisses, quelles qu'elles soient. Voici un guide d'intervention conçu pour aider les enfants à mieux comprendre les manifestations physiques, cognitives et émotionnelles de leur état. Chacune des sections présente une introduction théorique à l'intention des adultes et est suivie d'explications simples et imagées, dans des mots d'enfants. Plusieurs exercices concrets et des illustrations amusantes ponctuent cet ouvrage incontournable pour tous ceux qui souhaitent donner aux enfants des outils efficaces pour avoir la fierté de devenir, eux aussi, des « Incroyable? Moi »?!

Guide de survie pour surmonter les peurs et les inquiétudes



Et toi, qu'est-ce qui t'effraie? Les orages? Les intimidateurs? Les examens? Le terrorisme? Faire des erreurs? Te sentir différent des autres? Te retrouver seul à la maison? Tout le monde vit avec certaines peurs, mais il est possible de les gérer. Ouvre ce livre, tu verras! Plusieurs trucs et conseils utiles t'y attendent sur... Les origines des peurs et des inquiétudes ; Le fonctionnement du corps et du cerveau ; 10 stratégies pour te sentir plus fort, plus calme et en sécurité! ; Les phobies, les inquiétudes, les attaques de panique : comment s'en sortir ; Quand et comment aller chercher de l'aide en cas de besoin ; Et plus encore!

Guide de survie pour les enfants vivant avec un TDAH



Si tu as répondu « oui » à certaines de ces questions, ce livre peut t'aider. Il ne va pas résoudre tous tes problèmes, mais il va certainement te donner plusieurs trucs pour mieux t'organiser à l'école, à la maison et avec tes amis. Il va aussi te permettre de trouver plusieurs manières de mieux gérer tes émotions, mais aussi de mieux canaliser ton énergie. Tu y trouveras plusieurs activités à réaliser afin de découvrir tes forces et de mieux actualiser ton potentiel.

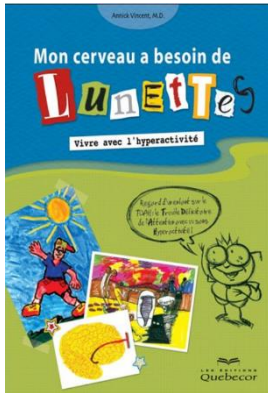
Une personne que j'aime a le cancer



Destiné aux enfants dont un proche est atteint du cancer, cet ouvrage de vulgarisation est empreint de douceur et de sensibilité. Il présente à la fois un touchant récit illustré et un guide d'intervention complet pour répondre aux questions délicates... et pour reconforter les petits cœurs inquiets.

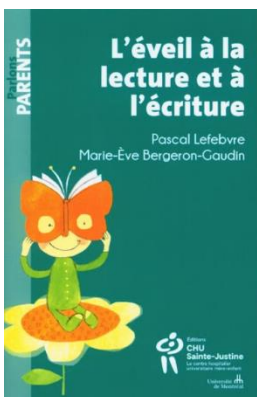
Avec générosité et délicatesse, Mélanie Bouffard, une maman survivante du cancer, raconte son expérience et elle offre ses réponses personnelles aux questions délicates des enfants vivant avec un proche atteint du cancer. Le récit est ponctué des « Mots de la psy » où Julie Vadeboncoeur, psychologue en oncologie, transmet son expertise clinique. Ses messages consistent en des conseils et des pistes d'intervention simples et concrètes à l'intention des parents et des adultes qui accompagnent l'enfant dans sa recherche d'information, de stratégies d'adaptation et de réconfort.

Mon cerveau a besoin de lunettes



«Au début, je croyais que j'étais tout seul à avoir ce problème. Mais mon docteur m'a dit qu'environ un enfant sur vingt souffre d'un TDAH. Ça veut dire qu'il y a probablement au moins un enfant par classe dans mon école qui en est atteint. Ça veut aussi dire que plein de gens ont le même problème que moi et peuvent trouver les solutions qui leur conviennent.» Ponctué de données instructives et de trucs efficaces, le journal imaginaire de Tom permet aux jeunes, aux parents et aux intervenants d'appivoiser le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. Amusant et imaginatif, Mon cerveau a besoin de lunettes est un livre indispensable pour mieux comprendre cette réalité, qui n'a rien d'imaginaire ! Médecin psychiatre et mère de quatre beaux garçons (qui ont d'ailleurs participé à toutes les étapes de la préparation de ce livre), Annick Vincent a développé une expertise auprès d'adultes atteints de maladies de l'humeur et/ou de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. Elle est très impliquée dans la transmission des connaissances relatives aux troubles de l'attention auprès de ses collègues médecins, des intervenants en santé et du public en général. C'est en constatant le manque d'outils pour enseigner de façon simple ce qu'est le TDAH qu'elle a décidé de publier cet ouvrage.

L'éveil à la lecture et à l'écriture



Ce livre explique pourquoi et comment éveiller l'enfant de 0 à 6 ans aux sons, aux lettres et aux mots, prémisses au développement de connaissances de base qui l'accompagneront toute sa vie. Il décrit principalement:

- les habiletés à développer chez l'enfant et les contextes les plus propices pour y parvenir;
- les outils et les interventions les plus efficaces pour l'initier à la lecture et à l'écriture, selon son âge et ses besoins;
- l'impact des outils technologiques comme les tablettes électroniques et les livres numériques ;

Basé sur les plus récentes études sur le sujet et sur de nombreux exemples concrets, il déboulonne du même coup des mythes et des croyances perspicaces concernant ce type d'apprentissage, renforçant l'importance de mettre le plaisir et l'interaction au quotidien au coeur des apprentissages.

Mon cerveau ne m'écoute pas : comprendre et aider l'enfant dyspraxique



La dyspraxie, estime-t-on, touche environ 6% des enfants. Il s'agit d'un trouble du « comment faire », c'est-à-dire un trouble de la planification et de la coordination des mouvements. Ainsi, un enfant dyspraxique met souvent ses vêtements à l'envers et son écriture, malgré tous ses efforts, demeure ardue et maladroite. Rédigé dans un style clair, Mon cerveau ne m'écoute pas a vu le jour grâce à la rencontre de deux visions qui s'influencent et se complètent : celle du parent (Sylvie Breton) et celle de l'ergothérapeute (France Léger), des expertises qui allient vécu et connaissance, avec un regard venant tantôt de l'intérieur, tantôt de l'extérieur. - De l'annonce du diagnostic jusqu'à l'adolescence, un guide qui contient non pas des recettes magiques pour « effacer » la dyspraxie, mais de précieuses clés pour mettre en œuvre un accompagnement sur mesure. - Un ouvrage qui constitue à la fois un guide et une source d'inspiration, tant pour la famille que pour les intervenants des secteurs de la santé et de l'éducation.

L'estime de soi, un passeport pour la vie



Cet ouvrage, qui en est à sa troisième édition, décrit de manière vivante et imagée les quatre composantes de l'estime de soi chez l'enfant (le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence), de même que les attitudes parentales qui les favorisent. Il comporte également un chapitre sur le sentiment de compétence parentale et sur l'estime de soi des enseignants.

Fort connu et apprécié au fil des ans, ce guide constitue un apport précieux pour tous ceux qui veulent favoriser le développement de l'estime de soi chez l'enfant. Il montre en effet qu'elle est le plus précieux héritage qu'on puisse lui léguer puisqu'il s'agit d'un cadeau qui lui servira, en quelque sorte, de passeport pour la vie.

- Des concepts clairs, illustrés par des exemples concrets tirés de situations de la vie quotidienne.
- Des stratégies permettant de composer une véritable boîte à outils pour le parent, l'éducateur et l'enseignant.
- Des savoir-faire et des savoir-être pour que l'enfant s'épanouisse harmonieusement jusqu'à l'âge adulte.

J'apprends à parler. Le développement du langage de 0 à 5 ans

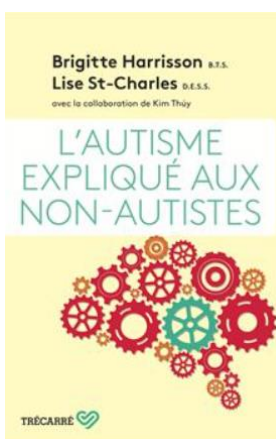


Qu'il soit d'un naturel volubile ou plutôt silencieux, l'enfant apprend à parler en observant et en écoutant ceux qui l'entourent. Ce guide s'attarde autant à la compréhension des objets, des personnes et des concepts qu'à l'expression des sons, des mots et des phrases. Divisant les étapes générales d'acquisition du langage par tranches d'âge, il permet aux parents de situer leur enfant dans son développement.

L'auteure propose également des trucs pratiques pour aider les parents à combler des lacunes ou des retards concernant notamment l'expression des sons, la richesse du vocabulaire ou l'initiation et la poursuite de la conversation.

Les nombreux portraits d'enfants et les rubriques « Quand consulter ? » qu'il contient guident, rassurent et aident les parents.

L'autisme expliqué aux non-autistes



**DES PISTES INÉDITES À PARTIR DES NEUROSCIENCES,
DES RÉSULTATS CLINIQUES
ET DE L'EXPÉRIENCE D'UNE PERSONNE AUTISTE**

Cet ouvrage propose une description unique du TSA (trouble du spectre de l'autisme) en soulignant qu'un cerveau autiste est différent d'un cerveau neurotypique, qu'il est connecté autrement et qu'il ne traite pas les informations de la même manière.

- Sous forme de questions et réponses, l'explication d'une cinquantaine de notions en lien avec le développement de l'autiste.
- Des conseils s'appuyant sur une compréhension nouvelle du TSA, qui trouve de plus en plus écho chez les professionnels.
- Des anecdotes tirées de la vie de Brigitte Harrisson, autiste, et de celle de l'écrivaine Kim Thuy, mère d'un fils autiste.

La Réparation de mes parents



Le quotidien tout calme de Coco et Lélé se voit chamboulé quand les parents décident de se séparer. De « casser » comme l'explique le petit, de briser le lien qui les unissait. Dans *La réparation de mes parents*. Une belle histoire de rupture, David Goudreault insiste non pas sur le drame de la séparation, mais sur la beauté des liens qui se retissent, sur la force que chacun déploie pour avancer avec le plus de sérénité, le plus d'humanité possible. Le trait candide et enjoué de France Cormier appuie avec poésie cet angle des plus optimistes.

Par amour du stress



D'emblée, l'auteure déclare que contrairement à ce que bien des gens pensent, le stress n'est pas une maladie : au contraire, il est essentiel à la survie humaine. Par contre, s'il vous affecte de façon chronique, cela peut entraîner de graves séquelles. Dans un style simple, imagé, avec une touche d'humour, l'auteure présente le résultat de 20 années d'études scientifiques sur le stress : ses causes, ses symptômes et ses conséquences à long terme sur le corps humain. Elle propose aussi des méthodes surprenantes de le contrôler, pourtant à portée de tous!