

LE JOURNAL DU CRA LIMOUSIN

N°16 - 3E TRIMESTRE 2015



Bonjour à toutes et tous,

Je vous invite à retenir sur vos agendas la journée du **vendredi 20 novembre 2015**, jour du colloque régional « **Vivre ensemble l'autisme-Limousin 2015** » qui aura lieu de 8h 30 à 16h 30 à la faculté de droit de Limoges. Cette année le thème sera : « **Evaluer pour Evoluer** ».

Le Professeur Ghislain Magerotte nous accompagnera tout au long de cette journée. Docteur en psychologie et professeur émérite à l'université de Mons en Belgique, il est aussi président d'honneur de la Fondation SUSA. Il est particulièrement concerné par les défis actuels que constituent l'intervention précoce intensive, l'inclusion à l'âge scolaire et l'accompagnement des adultes notamment sur le plan du logement dans la communauté.

Journée gratuite et ouverte à tous. Cependant l'inscription est obligatoire. Repas de midi libre.

Le programme et le bulletin d'inscription seront bientôt disponibles sur notre site Internet (www.crdral.com).

Cette année, pour la première fois, une garderie de 10 places est proposée pour les enfants avec TSA entre 6 et 12 ans dont les parents ne bénéficient pas d'autre moyen de garde pour se rendre au colloque.

Inscrivez votre enfant dès à présent, via le formulaire à télécharger sur notre site Internet, le nombre de place étant limité.

Nous vous espérons nombreux pour cette journée d'échanges, de partage, de communication et d'humanité.

Nathalie Etienne



[Actualités régionales](#)

P. 2



[A découvrir en ligne](#)

P. 3



[Agenda](#)

P. 6



[Dans la presse](#)

P. 7



[Nouvelles acquisitions](#)

P. 8

Centre de Ressources Autisme du Limousin

6 rue du Buisson - 87170 ISLE

Tél : 05 55 01 78 67 / Fax : 05 55 01 78 69

Mail : contact@crdral.com

Site Internet : <http://www.crdral.com>





ACTUALITES DU CRA ET ACTUALITES EN REGION



Quelques changements institutionnels en perspective....

Tout d'abord, en national, l'ANCRA - Association Nationale des Centres Ressources Autisme, devient GNCRA - Groupement National des Centres Ressources Autisme, donc sous forme d'un GCSMS avec administrateur, CA et directeur. Cette évolution est rendue nécessaire par le besoin croissant de moyens financiers pour remplir ses missions de plus en plus nombreuses. Le groupement pourra percevoir des subventions.

Plus proche de vous, en régional, notre CRA dont le portage juridique était assuré par le CREAL Limousin depuis janvier 2013, change de porteur (les CREAL n'étant plus autorisés à porter des structures médico-sociales telles que la nôtre).

Le Directeur de l'Agence Régionale de Santé du Limousin, Monsieur Philippe Calmette, envisage d'opérer ce transfert d'autorisation de fonctionnement, à compter du 1er janvier 2016, au GCSMS Autisme France au regard de son expertise en la matière.



Le CRA Limousin recrute une psychologue

Il s'agit d'un poste à temps partiel (0,50 ETP), CDI. CC66. A pourvoir dès que possible.

Lettre de motivation et CV à envoyer **avant le 31 octobre 2015** à :

Monsieur le Président du CREAL Limousin - CREAL - 6 rue du Buisson - 87170 ISLE.

Voir l'offre : <http://www.crdral.com/news15/actualites-regionales/435-le-cra-limousin-recrute-un-e-psychologue.html>



Formation organisée par Autisme 87

L'association Autisme 87 organise une formation intitulée « ABA : Analyse Behaviorale Appliquée à l'éducation de la personne avec autisme : ou comment enseigner à une personne avec autisme » du 02 au 06 novembre 2015 à Limoges (salle Blanqui 2 - derrière la mairie). Elle sera animée par Katy BARAS, psychologue.

La durée de la formation est de 35h, réparties sur 2 jours.

La clôture des inscriptions est fixée au plus tard le 30 septembre 2015.

Programme et bulletin d'inscription : <http://www.crdral.com/news15/actualites-regionales/433-formation-organisee-par-autisme-87.html>

Vous pouvez consulter plus largement les actualités régionales dans le champ de l'autisme sur notre site Internet : www.crdral.com



A DECOUVRIR EN LIGNE

👉 ACCES AUX SOINS

SantéBD", des bandes dessinées destinée à faciliter l'accès aux soins des personnes handicapées proposées par l'association CoActis-Santé

<http://www.coactissante.fr/#!santebd/c22hc>

J'ai rendez-vous chez le gynéco / J'ai rendez-vous chez le docteur / J'ai rendez-vous chez le docteur - Fillette / J'ai rendez-vous chez le docteur - Garçon / J'ai rendez-vous pour faire une radio / J'ai rendez-vous pour une prise de sang / J'ai rendez-vous chez le dentiste / Le dentiste me fait un détartrage / Le dentiste me soigne une carie / Le dentiste m'enlève une dent / Le dentiste me met une couronne.

👉 ACCESSIBILITE

Livres Accès : la boutique des livres pour tous

Livres Access propose une librairie en ligne spécialisée dans les livres accessibles « adaptés dans leur fond et dans leur forme pour que tous les enfants, quelles que soient leurs difficultés, puissent avoir accès au plaisir partagé d'une histoire ou d'un conte... ».

<http://livres-acces.fr/12-librairie>

👉 ETUDES / RAPPORTS

Agence Régionale de Santé du Limousin. Les personnes autistes ou présentant d'autres troubles envahissants du développement (TED) accueillis dans les établissements medico-sociaux en Limousin au 31 décembre 2010. StatSanté n°2 , juillet 2015.

http://www.ars.limousin.sante.fr/fileadmin/LIMOUSIN/Documents_ARS_Limousin/Votre_ars/Etudes_et_publications/statsante/N2_statsante_autisme/StatSante_N2_Autisme_ES_2010_juillet15.pdf

DUQUESNE Aurore. Etat des lieux des besoins de formation des professionnels et des aidants familiaux dans le champ de l'autisme. Orléans : CREA Centre ; Agence Régionale de Santé Centre - Val de Loire, 2015.

http://www.creaicentre.org/upload/document/FILE_5595591588b8f_2015_06_30_besoins_de_formation_dans_le_champ_de_l_autisme.pdf/2015_06_30_besoins_de_formation_dans_le_champ_de_l_autisme.pdf

SIGOURE Dominique, ARGOUD Dominique. *Un habitat dans une société inclusive. Diversification de l'offre de service en matière d'habitat et société inclusive.* Association des Paralysés de France, 2015.

<http://www.firah.org/centre-ressources/upload/notices3/2014/rapport-final-etude-habitat-dans-une-societe-inclusive.pdf>



OUTILS NUMERIQUES

Journée Numér@utisme : Les outils numériques au service de l'autisme

Colloque organisé par l'association ALIAs et le CRA Alsace, le 17 avril 2015

<http://cra-alsace.fr/actes/numerutisme/>



POLITIQUE DU HANDICAP

Handicap : une réponse accompagnée pour tous.

Le Ministère de la santé diffuse une lettre d'information sur l'état des travaux de la mission "Zéro personnes handicapées sans solution".

Au mois de novembre 2014, Marisol Touraine et Ségolène Neuville ont confié une mission intitulée "Une réponse accompagnée pour tous" à Marie-Sophie Desaulle afin de préciser les étapes et modalités de la mise en œuvre des préconisations du rapport "Zéro sans solution".

Une lettre qui fait état de l'avancée des travaux de cette mission a été mise en ligne sur le site du Ministère de la santé. Elle précise les 4 axes du projet et plusieurs retours d'expériences en Bourgogne, Vendée et dans la Nièvre.

DESAILLE Marie-Sophie. *Zéro sans solution, une réponse accompagnée pour tous.* Lettre N°1, septembre 2015. Paris : Ministère des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes, 2015.

http://www.social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Lettre_1_zero_sans_solution.pdf



SCOLARISATION

Scolarisation des élèves en situation de handicap : Unités localisées pour l'inclusion scolaire (Ulis), dispositifs pour la scolarisation des élèves en situation de handicap dans le premier et les seconds degrés.

http://www.education.gouv.fr/pid285/bulletin_officiel.html?cid_bo=91826

Aménagement des épreuves des examens et concours de l'enseignement scolaire pour les élèves en situation de handicap et modifiant le code de l'éducation.

[http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?](http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000031091497&dateTexte&categorieLien=id)

[cidTexte=JORFTEXT000031091497&dateTexte&categorieLien=id](http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000031091497&dateTexte&categorieLien=id)

Organisation des examens et concours de l'enseignement scolaire pour les candidats présentant un handicap.

http://www.education.gouv.fr/pid285/bulletin_officiel.html?cid_bo=91832

VIE AFFECTIVE ET SEXUALITE

J'existe et je veux

Parce que tout le monde a le droit d'aimer ! *J'existe et je veux* est le magazine d'information qui parle de sexualité aux personnes déficientes intellectuelles.

Des personnes handicapées se sont lancées dans la réalisation d'un magazine sur la vie affective et sexuelle en Facile à lire et à comprendre.

Du choix des thèmes abordés sans tabou, à l'écriture et à la diffusion, les résidents des foyers de l'association Adapei Var-méditerranée se sont impliqués dans l'aventure audacieuse d'un magazine entièrement consacré aux questions de vie affective et sexuelle. Autant de thèmes qui sont abordés dans ce premier numéro. Accessible, abondamment illustré et entièrement écrit en Facile à lire et à comprendre, le magazine paraîtra 4 fois par an. Il est disponible pour tous sur abonnement.

<http://www.unapei.org/J-existe-et-Je-veux.html>



AGENDA

Congrès d'Autisme France 2015 : « Autisme - On ne lâchera rien. Ce ne sont pas les chantiers qui manquent »

Ce congrès aura lieu le **samedi 14 novembre 2015** à Paris (Palais des Congrès)

En savoir plus : http://www.autisme-france.fr/577_p_42917/congres-autisme-france-2015.html

« Y'a école demain ? Construire un accompagnement de qualité autour de l'enfant et de sa famille »

Journées d'Etude organisées par l'ANECAMSP (Association Nationale des Equipes Contribuant à l'Action Médico-Sociale Précoce » les **19 et 20 novembre 2015** à l'Espace Reuilly à Paris.

En savoir plus : <http://anecamp.org/journees-detude-19-20-novembre-2015-yaecoledemain/>

Journée Régionale autour du rapport Piveteau « Zéro sans solution » et de la notion de parcours de vie

Cette journée est organisée par le CREAL Centre-Val de Loire et l'Uriopss Centre-Val de Loire.

Elle aura lieu le **lundi 23 novembre 2015** à Orléans.

En savoir plus : <http://www.creaicentre.org/>

Scolarisation et handicap : 10 ans après la loi de 2005

A l'occasion de la journée internationale des personnes handicapées, le **jeudi 3 décembre 2015**, la MAIF et ses partenaires l'APPEA, la DGESCO, la Fédération des APAJH, la FNASEPH et l'INSHEA organisent un colloque à Paris.

En savoir plus : <http://ancreai.org/content/des-%C3%A9l%C3%A8ves-autrement-capables>

Neuropsychologie et Autisme : de l'évaluation à l'intervention

Colloque organisé par l'ANCRA en partenariat avec l'Université de Strasbourg et le CRA Alsace.

Il aura lieu les **10 et 11 mars 2016** à l'Université de Strasbourg.

En savoir plus : http://cra-alsace.fr/wp-content/uploads/Temporaires/2016_neuropsychologie-et-autisme.pdf

Colloque Inter-régional de l'Autisme Limousin & Auvergne : « Autisme : des projets, des parcours ».

Cette journée organisée par la Fondation Jacques Chirac, l'Arapi et l'Université Blaise Pascal de Clermont-Ferrand aura lieu le **samedi 19 mars 2016**.

En savoir plus : <https://sites.google.com/site/autismelimauv2016/>



REVUES : DERNIERS NUMEROS REÇUS AU CRA

Les revues signalées ci-dessous sont consultables et empruntables au Centre de Documentation

• **Déclic, n°167, septembre-octobre 2015**

Dossier : L'annonce, comme si c'était hier ?

Extraits du sommaire :

- Rien ne va plus avec l'AESH, je fais quoi ?
- L'intolérance alimentaire en 6 questions
- Tétine ou pouce : aidez-le à décrocher
- On ne dit pas : « T'es moche ! »
- Et s'il devenait fonctionnaire ?

Lien vers l'intégralité du sommaire : <http://www.magazine-declic.com/images/stories/librairie/sommaires/declic167-sommaire.pdf>



• **Déclic, n°165, juillet-août 2015**

Dossier : SOS : ma famille ne comprend rien !

Extraits du sommaire :

- Votre enfant doit passer un test de QI
- Les comportements addictifs en 8 questions
- Tablette tactile : bien plus qu'un jeu d'enfant
- TSA : et s'il tentait le bénévolat?
- Mocc : formation 2.0

Lien vers l'intégralité du sommaire : [http://www.magazine-declic.com/images/stories/librairie/sommaires/sommaire d%E9clic 166.pdf](http://www.magazine-declic.com/images/stories/librairie/sommaires/sommaire_d%E9clic_166.pdf)



• **Lettre d'Autisme France, n°62, mai 2015**

Dossier : Une société inclusive pour les enfants et les adolescents autistes : l'exemple des Deux-Sèvres.



• **Sésame, n°194, 2e trimestre 2015**

Extraits du sommaire :

- Déploiement du plan autisme sur le territoire : les plans d'action régionaux
- Missions des CRA et mise en réseau des acteurs
- Les anomalies neuro-anatomiques reliées aux troubles du spectre de l'autisme
- Autisme : les troubles sensoriels et leurs impacts
- Les unités d'enseignement en maternelle : 6 mois après leur ouverture, premier bilan
- Un habitat adapté, facteur d'inclusion





LES NOUVELLES ACQUISITIONS DU CENTRE DE DOCUMENTATION

American Psychiatric Association. *DSM-5 : Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*. Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2015.

COTE : DEV.20 AME

Un classique de la psychiatrie mondiale où tous les critères ont été revus ou modifiés. La DSM-5 doit être utile pour la collecte d'informations cliniques et comme outil éducatif dans l'enseignement de la psychopathologie. [résumé éditeur]



AZRI Stéphane. *Tous les enfants peuvent être de superhéros. Activités pour développer les habiletés sociales, l'estime de soi et la résilience*. Montréal [Québec] : Chenelière Education, 2015.

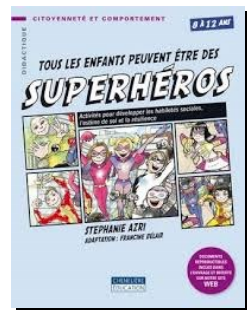
COTE : INT.110 AZR

Faites découvrir à vos élèves les superhéros Estimo, Relationix, Optimus, Angélix, Zen, Tranquilo, Nina et Lina et Supersanté. Ils ne tarderont pas à s'identifier à eux, ce qui les aidera à développer leurs habiletés sociales et à améliorer leur estime de soi et leur résilience.

Les 10 ateliers de cet ouvrage offrent des activités clés en main et près de 100 fiches reproductibles illustrées pour développer chez les jeunes de 8 à 12 ans :

- la confiance en soi;
- les habiletés de communication;
- la pensée positive;
- le deuil et la perte
- la gestion du stress et de l'anxiété;
- la gestion de la colère;
- des relations saines;
- un esprit sain dans un corps sain.

Que vous soyez enseignant, psychoéducateur ou tout autre intervenant jeunesse, vous adorerez accompagner les jeunes dans cet univers de bande dessinée et de superhéros qui leur permettra de vivre en harmonie avec eux-mêmes et avec les autres. [résumé éditeur]



BARBERA Mary Lynch, RASMUSSEN Tracy. *Les techniques d'apprentissage du comportement verbal. Enseignement de la communication et du langage par la méthode A.B.A. aux enfants atteints des troubles du syndrome autistique*. Grasse : AFD - Autisme France Diffusion, 2011.

Cote : INT.40 BAR

L'approche comportementale et verbale (V.B) est un dérivé de l'analyse appliquée du comportement (A.B.A), tirée des travaux de B.F. Skinner. Elle est particulièrement efficace auprès d'enfants n'ayant pas ou peu de capacités verbales. Dans ce livre, Mary Lynch Barbera expose son expérience personnelle en tant qu'Analyste du Comportement Certifiée (Board Certified Behavior Analyst) mais aussi son vécu de parent d'enfant autiste, pour mieux expliquer ce qu'est le V.B et la façon d'utiliser cette méthode. Ce guide, pas à pas, fournit une abondance d'informations sur la façon d'aider son enfant afin qu'il développe de plus grandes capacités de communication et de langage. Il explique aussi comment enseigner à des enfants non verbaux, le langage des signes.



Un chapitre entier est consacré à la diminution des problèmes de comportement, et on y trouve des conseils utiles sur l'apprentissage de la propreté et d'autres compétences d'autonomie, indispensables à l'enfant. Ce livre permettra certainement aux parents mais aussi aux professionnels peu familiarisés avec les principes de l'A.B.A. ou du V.B de commencer immédiatement à utiliser les stratégies de l'Approche Comportementale et Verbale pour éduquer les enfants atteints d'autisme et de troubles de comportements associés. [résumé éditeur]

BELLEFLEUR Marie-Josée, PELLETIER Dominique. *Passeport vers l'autonomie : le grand voyage de Fil et Flo. Trousse d'activités pour soutenir le développement de l'autonomie chez les enfants d'âge préscolaire*. Québec [Canada] : Midi Trente, 2013.

COTE : SCO.30 BEL

Organisé autour des thèmes du voyage et de l'exploration, ce programme invite l'enfant à entreprendre un amusant voyage autour du monde en compagnie de deux personnages attachants, avec lesquels il prendra plaisir à réaliser toutes sortes d'activités. Sur sa route, les surprises et les découvertes se multiplieront, lui permettant d'affiner ses compétences dans les sept sphères du développement : la motricité fine, les habiletés sensorielles et perceptives, les aptitudes cognitives, la motricité globale, le langage, les habiletés socioaffectives et l'autonomie. L'objectif du programme est d'amener l'enfant à s'ouvrir sur le monde qui l'entoure, en plus de l'aider à devenir plus autonome et à réaliser des choses par lui-même. Ces nouvelles aptitudes auront indéniablement un effet positif sur son sentiment d'efficacité personnelle et son estime de soi, en plus de favoriser son intégration future au monde scolaire.

Conçue pour les parents, les éducateurs et les enseignants d'enfants d'âge préscolaire, la trousse *Passeport vers l'autonomie* comprend un programme complet d'activités, une affiche grand format, 33 fiches reproductibles et tout le nécessaire pour fabriquer un journal de bord permettant de consigner les efforts et les réussites de l'enfant. [résumé éditeur]

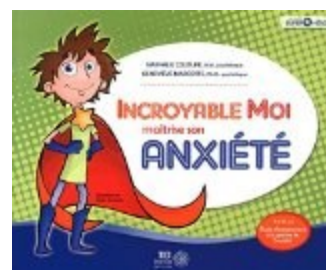


COUTURE Nathalie, MARCOTTE Geneviève. *Incroyable Moi maîtrise son anxiété : guide d'entraînement à la gestion de l'anxiété*. Québec [Canada] : Midi Trente, 2011.

Cote : DEV.37 COU

De toutes les pathologies développementales rencontrées chez les enfants, les troubles anxieux sont parmi les plus fréquents. Entre 7% et 17% des enfants connaîtront un jour un épisode ou un trouble anxieux. 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 illustré conçu pour aider les enfants à mieux comprendre les manifestations physiques, cognitives et émotionnelles de leur état mais, surtout, à devenir de véritables champions de la gestion de l'anxiété. 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 » ! [résumé éditeur]



DESLAURIERS Stéphanie, BOUDREAU Frédéric. *Attention : estime de soi en construction.* Québec [Canada] : Midi Trente, 2013

Cote : INT.30 DES

T'arrive-t-il parfois de faire face à des défis personnels intenses ? Doutes-tu parfois de tes capacités ? Te compares-tu aux autres (en les trouvant meilleurs que toi ?) Bref, comment ça va, côté "estime de soi" ? À toi le pouvoir ! Tu peux relever tes défis. Tu peux perfectionner tes habiletés mais, surtout, tu peux développer une bonne estime personnelle, avoir confiance en tes capacités et apprécier ta personnalité, tout simplement !

Dans ce livre, tu feras la connaissance de quatre jeunes formidables et très différents les uns des autres, mais qui ont une chose en commun : ils doivent tous, chacun à leur façon, faire face à certains défis liés à l'estime de soi. Tu verras : ils te ressemblent tous à leur façon ! Tu pourras aussi répondre à des questionnaires, remplir des grilles d'observation et même établir des contrats avec toi-même, tout ça dans un but bien précis : te sentir bien dans ta peau et mieux outillé pour faire face aux petits et grands défis de la vie ! [résumé éditeur]



DESLAURIERS Stéphanie. *Socialement génial.* Québec [Canada] : Midi Trente, 2014

Cote : INT.110 DES

Quelle que soit l'époque à laquelle il a vécu, l'Homme (et donc la femme, l'enfant et l'ado aussi) a toujours été ce qu'on appelle un être social. Encore aujourd'hui, il se joint à d'autres personnes de son espèce (même si parfois, il préfère son chien, son chat ou son iPod !) pour apprendre, jouer, rigoler, collaborer, se confier, évoluer, travailler, partager ses passions, ses idées et ses pensées...

Mais parlons de toi. En relation avec les autres, es-tu plutôt maladroit ou assuré ? Sociable ou réservé ? conventionnel ou excentrique ? Ce livre t'aidera à développer des trucs pour mieux t'entendre avec les autres, pour t'aider à résoudre tes conflits, pour te faire des amis plus facilement ou simplement pour acquérir de l'assurance dans tes relations sociales. [résumé éditeur]



MASSE Line, VERREAULT Martine. *Mieux vivre avec le TDA/H à la maison : programme pour aider les parents à mieux composer au quotidien avec le TDA/H de leur enfant : Programme Multi-propulsions : Volet parents.* Montréal [Québec] : Chenelière Education, 2011.

Cote : DEV.35 MAS

Être parent d'un enfant ayant un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) apporte son lot de défis à relever. Mieux vivre avec le TDA/H à la maison est le premier volet du programme Multi-Propulsions. Ce programme est conçu pour mieux outiller les parents qui se trouvent dans cette situation, afin de les aider à surmonter les difficultés que vit leur enfant à la maison au quotidien et de favoriser une expérience parentale positive. Il s'adresse aux intervenants des milieux communautaires, des établissements scolaires et du réseau de la santé et des services sociaux qui désirent mieux soutenir ces parents. Cet outil comprend un guide de l'animateur, un recueil d'activités (21 ateliers d'une durée de 2 heures), ainsi qu'un cédérom contenant les documents nécessaires à l'animation et des fiches reproductibles à l'intention des animateurs, des parents et des enfants. [résumé éditeur]



MASSE Line, VERRET Claudia, BOUDREAU Fabienne. *Mieux gérer sa colère et sa frustration. Programme multi-propulsions. Volet enfants.* Montréal [Québec] : Chenelière Education, 2012.

Cote : INT.110 MAS

Quand la frustration ou la colère s'emparent d'un enfant présentant un trouble de l'attention ou un trouble du comportement, celui-ci est démuni et pose parfois des gestes malheureux qu'il regrette aussitôt. Que faire en pareille situation? Comment réagir? Comment prévenir de tels débordements de colère? Le programme élaboré par Line Massé, Claudia Verret et Fabienne Boudreault apporte des réponses concrètes à ces questions. Avec les outils et les activités qu'elles proposent, l'intervenant qui travaille dans le milieu scolaire, communautaire ou dans le réseau de la santé peut aider l'enfant à déployer des stratégies qui lui permettront de faire face à sa colère et de l'exprimer de façon constructive.

En plus du guide destiné à l'animateur, l'ouvrage comprend 15 activités de 60 minutes. Une activité préliminaire permet également de présenter le programme à chaque enfant dans le cadre d'une rencontre individuelle. Pour compléter le tout, les auteures proposent une riche variété de documents reproductibles nécessaires à l'animation et à la mise en œuvre du programme. [résumé éditeur]



PARENT Nathalie. *Alex : surmonter l'anxiété à l'adolescence.* Québec [Canada] : Midi Trente, 2014

Cote : DEV.37 PAR

La collection Perso propose des récits d'intervention destinés aux ados qui traversent des situations difficiles. « Alex » leur permettra de mieux comprendre ce qu'est l'anxiété, de se sentir moins seuls et, surtout, de trouver des trucs et des exercices pour surmonter leurs difficultés. [résumé éditeur]



VERDICK Elisabeth. *N'agis pas en cro-magnon : trucs et astuces pour cultiver des comportements gagnants.* Québec [Canada] : Midi Trente, 2013.

Cote : DEV.36 VER

As-tu parfois l'impression de te conduire de manière étrange ou de perdre le contrôle de tes comportements ? T'attires-tu des problèmes plus souvent que les autres jeunes que tu connais ? Ne t'en fais pas : tu n'es pas un cas problème ! Mais tu as peut-être besoin d'aide pour modifier certains comportements à l'école et à la maison. Voilà exactement ce que tu vas trouver dans ce livre. Au programme : 5 objectifs motivants pour un meilleur comportement ; 5 étapes faciles pour atteindre ces objectifs ; des trucs et des astuces concrètes pour mieux gérer ton énergie ; des manières de te motiver et de te récompenser ; des stratégies utiles pour éviter de te faire avaler par un tigre préhistorique aux dents acérées (juste au cas !).

Le but de ce livre n'est pas de faire de toi un bibelot ou un robot qui obéit tout le temps. Cependant, il t'aidera à éviter les problèmes, en plus de te permettre de te sentir mieux, de mieux t'entendre avec tes amis et avec les membres de ta famille et d'avoir plus de plaisir. Même un Cro-magnon peut apprécier cela... [résumé éditeur]

