



Enfants de parents dépendants

Choix de livres pour enfants

<b>Dès l'âge préscolaire</b> .....	3
Boby.....	3
Goupil et le manteau vert .....	3
La petite casserole d'Anatole .....	3
Papa n'est jamais fatigué.....	4
Un aigle dans le dos.....	4
<b>Dès 4 ans</b> .....	4
Maman, reviens !.....	4
<b>Dès 6 ans</b> .....	5
Emilie n'aime pas quand sa mère boit trop .....	5
Monsieur Buvard .....	5
Papa a la maladie de l'alcool .....	5
Le cousin de Max et Lili se drogue.....	5
Le gros problème du petit Marcus .....	6
Le redoutable Marcus la puce .....	6
Le gros cadeau du petit Marcus .....	6
Célestin et la potion maléfique .....	6
Le secret de Capucine.....	6
Le père Noël coincé .....	7
Elena entre en jeu .....	7
<b>Dès 8 ans</b> .....	7
Trop fort, Tony! .....	7
La décision de Cathou .....	8
C'est écrit là-haut .....	8
<b>Dès 10 ans</b> .....	8
Vivre avec un parent malade.....	8
L'alcool.....	8
Cannabis, mieux vaut être informé .....	9
Tu ne boiras pas la mer et les poissons.....	9
Pourquoi c'est interdit ? .....	9

Tout faux, Ludo! .....	9
<b>Dès 11 ans</b> .....	10
Drogue: aux deux bouts de la chaîne .....	10
La drogue, vous êtes tous concernés .....	10
Les dangers de la drogue.....	10
Un pacte avec le diable .....	10
Ces années blanches .....	11
<b>Dès 13 ans</b> .....	11
La Vie Blues.....	11
Le jour des oies sauvages .....	12
Pas de printemps pour maman .....	12
Le grand écart.....	12
Je suis un arbre.....	13
Jan.....	13
Eau de vie, eau de feu .....	14
<b>Dès 14 ans</b> .....	14
Coffee .....	14
Cut ! .....	14
L'alcool, un drôle d'ami .....	15
Junk.....	15
Héro, mon amour .....	15
<b>Dès 15 ans</b> .....	16
Addiction .....	16
Belle gueule de bois.....	17
Biture express.....	17

## Dès l'âge préscolaire

### Boby

Boby est un petit chien dont le maître a un problème d'alcool. Et Boby croit que c'est de sa faute si son maître est parfois en colère et ne s'occupe pas de lui. Un enfant qui vit avec un parent alcoolique pourra faire le lien avec sa propre situation et découvrir qu'il est possible d'en parler et de le trouver de l'aide.

Addiction Suisse, Lausanne 2007

Peut être commandé : <http://shop.addictionsuisse.ch/fr/> en insérant le mot clé Boby dans "Rechercher"

### Goupil et le manteau vert

« L'univers préservé autour de la maison champignon de la famille Renard risque de s'effondrer lorsque le papa de Goupil est frappé d'une maladie mentale. Ce livre sensible, adapté au monde de l'enfance et conçu de manière ludique, accompagne le travail d'explication qui doit être entrepris dès l'âge préscolaire auprès des familles dont l'un des parents souffre d'une maladie mentale. » (<http://www.psychosis.ch>)

V. Eggermann & L. Janggen

Ed. Astra Zeneca, 2006

Peut être commandé : <http://www.psychosis.ch/fr/publikationen.htm> pour commander

Ou consulté en ligne : [http://www.psychosis.ch/fufu\\_web\\_f\\_06.08.pdf](http://www.psychosis.ch/fufu_web_f_06.08.pdf)

### La petite casserole d'Anatole

« Bien entendu, vous connaissez l'expression « traîner une casserole ». Et bien, pour Anatole, cette expression est à prendre au pied de la lettre et du jour au lendemain il se retrouve avec une petite casserole rouge qu'il doit traîner partout. Au début cela ne change guère sa vie, mais petit à petit les gens regardent plus cet ustensile de cuisine que lui-même, et cet objet commence à le laisser à la traîne de ses propres camarades... Devra-t-il donc se cacher toute sa vie à cause de ce hasard malheureux ?

Non, des « personnes extraordinaires » lui viendront en aide et lui apprendront simplement à faire de ce qu'il croit être un défaut une qualité qui fondera son identité auprès de lui-même et des autres. En filant une métaphore simple, appartenant quasiment au langage de tous les jours, Isabelle Carrier signe un album merveilleux d'inventions et d'humour, invitant avec une grande finesse les jeunes lecteurs à comprendre que ce qu'ils considèrent souvent comme d'encombrants défauts sont généralement des qualités qu'ils ignorent et qu'il s'agirait alors de découvrir. Un livre forgeant l'optimisme et invitant mine de rien à se connaître soi-même. » ([www.fnac.com](http://www.fnac.com))

I. Carrier

Ed. Bilboquet, 2009

Disponible chez Payot, CHF 19,90

## **Papa n'est jamais fatigué**

« Préfacé par le Docteur Frédérique Van Leuven, c'est un magnifique livre d'images qui décrit l'histoire d'un papa lapin qui travaille jour et nuit, il ne sait plus s'arrêter. Tibouton la petite lapine ne trouve pas ça normal, et elle a bien raison, il est vraiment arrivé quelque chose à son papa. Elle ne sait pas quoi, personne ne le lui dit. C'est l'histoire d'un parent qui a des problèmes psychiques, racontée comme le ressent et selon la vision d'un enfant, il est destiné aux enfants de 3 à 6 ans. » (<http://www.similesbruxelles.be>)

A. Wyckmans & A.-M. De Leener

Ed. Clavis : *Similes*, 2007

Peut être commandé : [http://www.similesbruxelles.be/bon\\_de\\_commande.php](http://www.similesbruxelles.be/bon_de_commande.php)

## **Un aigle dans le dos**

Tout commence par une chanson, celle d'Edith Piaf (que les adultes connaissent bien), celle des bottes de moto et d'un aigle dans le dos. Dans un décor des années 50, le chat Max semble être la terreur du quartier. Il sait faire peur. Ebouriffé, teigneux, ce gros matou écoute de la musique trop fort, n'en a que pour ça moto, boit de l'alcool, roule trop vite. En un mot, un chat loubard (c'est que nous annonce la voix de la radio), et les réflexions, les "on dits" fusent à son sujet. Entre deux adages bien marqués (le cadre de la maison), nous suivons, presque en même temps, sur une double page, une petite souris, poursuivant son chemin le long d'un trottoir sans fin. Au fur et à mesure de la lecture, on pense bien que cette souris naïve et ce gros chat répugnant vont finir par se rencontrer. On craint la catastrophe. Arrivée près d'une palissade, on redoute que la souris ne se fasse croquer toute crue. Mais les apparences sont trompeuses, ces deux-là sont les meilleurs amis de monde... Christian Voltz abuse ici des détails, que ce soit pour les journaux, pour la tapisserie à carreaux ou pour les affiches. Dans un décor minimaliste, les histoires se croisent et s'entrechoquent. Le cadre des images a aussi son importance, et tout semble concourir à un terrible épilogue. Mais Christian Voltz sait également jouer sur les mots, insérer de petits personnages (tel la mouche), qui dévient l'intrigue de son sens premier, pour apporter tout l'humour dont raffole le lecteur. Et les effets de surprises n'en sont que mieux. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Voltz, C.

Ed. Rouergue, 2001

## **Dès 4 ans**

### **Maman, reviens !**

« Un album sur la séparation d'un enfant avec sa mère. P'titloup se réveille un matin et maman est partie. Son père lui explique qu'elle est un peu malade et a dû partir à l'hôpital. Ensemble ils iront voir la maman de P'titloup et tous les jours, celui-ci lui apportera une surprise, avec la même question :

« Quand reviens-tu ? ». Jusqu'au jour où le petit loup ne trouve personne dans la chambre. Peur, méconnaissance... il retrouvera sa maman à la sortie de l'hôpital. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

C. Hudson, M. McQuillan & C. Metzmeier

Ed. Lipokili, 2005

Disponible chez Payot, CHF 17.-

## Dès 6 ans

### **Emilie n'aime pas quand sa mère boit trop**

« Ce livre de Max et Lili parle des problèmes d'alcool d'un parent, de cette maladie, des sentiments, cette trop grande sensibilité que l'alcool endort... L'enfant assiste impuissant à cette souffrance, il essaie de protéger ce parent qu'il aime, de le guérir tout seul et le faire arrêter de boire. Difficile de dire ce qu'il ressent : l'inquiétude, la honte, la peur que ce soit de sa faute, de ne pas être aimé. Cette histoire montre des parents qui trouvent de l'aide et un enfant qui se sent moins seul. »  
([www.amazon.fr](http://www.amazon.fr))

D. De St. Mars & S. Bloch

*Ed. Calligram, 2006*

Disponible sur [Amazon.fr](http://Amazon.fr), € 4.65

### **Monsieur Buvard**

« Mr. Buvard boit tant qu'il devient complètement noir. Son ami Papier photo lui propose qu'il se transforme en billet de banque. La police arrive et lui demande ses papiers. Il s'enfuit, se cache dans une poubelle et se dit que l'argent n'a pas d'odeur, qu'il ne risque rien. Mais cette poubelle doit être recyclée alors il préfère finir en prison qu'en carton d'emballage. Petit à petit, dans la prison, il blanchit. Devenu aussi mince qu'une feuille de papier il se glisse sous la porte... et il décide d'être vendeur d'eau... » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

B. Heitz

*Ed. Du Rouergue, 2013*

Disponible chez Payot, CHF 24.30

### **Papa a la maladie de l'alcool**

« Le papa de Léa boit beaucoup d'alcool, il en boit presque tous les jours, le matin, à midi, le soir, encore et encore, il ne peut plus s'en passer. Léa a toujours peur, elle a souvent envie de pleurer, elle n'ose pas inviter ses amis, elle se demande même si son papa l'aime... Ce livre est pour Léa et pour tous les enfants dont le papa ou la maman a la maladie de l'alcool. Un livre pour ne pas rester seul avec toutes les questions que l'on se pose, un livre pour aider à comprendre ce qui se passe à la maison, et à l'intérieur de soi. » ([www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr))

B. Labbé, H. Juvigny & O. Latyk

*Ed. Milan Jeunesse, 2008*

Disponible chez Payot, CHF 21,00

### **Le cousin de Max et Lili se drogue**

Chouette, Victor vient pour le week-end ! Mais Max et Lili ne reconnaissent plus leur grand cousin. Ils le trouvent ramolli et lointain. Ils découvrent qu'il fume des pétards, du cannabis... Ce livre de Max et Lili explique que même une drogue " douce " est un dangereux faux ami qui donne un plaisir passager mais rend seul, empêche d'apprendre, cache la déprime derrière un écran de fumée, et l'aggrave ! Les drogues " douces " peuvent mener aux crises d'angoisse et aux drogues " dures ". A

tout âge, on a le droit de dire non à un copain, de parler de ses stress, de trouver des plaisirs qui ne sont pas des poisons, pour rester maître de sa vie ! (amazon.fr)

De Saint-Mars, D & Bloch, S.  
Ed. Calligram, 2004

### **Le gros problème du petit Marcus**

Marcus la puce a un gros problème qui prend presque toute la place dans son coeur. Un problème d'adulte qui l'empêche de bien travailler à l'école : son papa boit trop d'alcool. Heureusement, Mordicus, son cochon d'Inde, et Jenny, sa meilleure amie, le réconfortent et le soutiennent toujours. Grâce à l'amitié, on peut résoudre bien des problèmes ! (<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Gauthier, G.  
Ed. La courte échelle, 1992

### **Le redoutable Marcus la puce**

Le père de Marcus rechute, il se remet à boire. Marcus ne l'accepte pas et disparaît.

(<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Gauthier, G.  
Ed. La courte échelle, 1995

### **Le gros cadeau du petit Marcus**

C'est le temps des fêtes et Marcus est nerveux et inquiet. Il ne veut pas que son père se remette à boire. (<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Gauthier, G.  
Ed. La courte échelle, 1996

### **Célestin et la potion maléfique**

Muriel Manssens est psychologue, Bénédicte Boulet, illustratrice. À elles deux, elles ont donné naissance à « Célestin et la potion maléfique », un conte pour chasser les chagrins des enfants. Dans cet album plein de couleurs et d'imagination, il est question de la dépendance à l'alcool, sans que le mot ne soit jamais utilisé. (<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Manssens, M. & Boulet, B.  
Ed. Henry éditions, 2012

### **Le secret de Capucine**

Aujourd'hui, quelque chose tracasse Capucine, une des petites élèves de Monsieur Kermoutou. Elle décide de lui parler et lui confie que sa maman boit. (<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Page, R-A.  
Ed. Le télégramme, 2004

## **Le père Noël coincé**

Cette année, le Père Noël appréhende un peu de faire sa tournée car l'année dernière, les enfants du village lui avaient tous laissé un petit verre d'alcool sur la cheminée, pour lui donner du cœur à l'ouvrage, et il était tellement saoul qu'il a confondu tous les cadeaux. Mais quelle bonne surprise lorsqu'il découvre chez les enfants du chocolat chaud et des croissants! Cédant à sa gourmandise, le Père Noël se gave de nourriture et reste coincé dans l'une des cheminées. Une histoire sans prétention, qui fera sourire les plus jeunes.

Manière, M.

Ed. Mango jeunesse, 2003

## **Elena entre en jeu**

Elena est une fille curieuse et quelque peu coquine. Son ami Toby et elle sont en quatrième année scolaire. La plupart du temps, la fillette prend avec elle Bobo, son ours en peluche. Cependant l'arrivée d'une nouvelle camarade de classe va bouleverser le quotidien de ces enfants. Ensemble, ils vont devoir trouver des solutions pour remédier à cette nouvelle situation.

Ce récit encourage les enfants à percevoir les différences et à lutter contre l'injustice. Des thèmes sensibles comme le mobbing, les émotions, les problèmes familiaux ou d'alcool des parents sont abordés de manière adaptée aux enfants. Des outils pratiques sont à disposition des adultes à la fin de l'ouvrage. Avec Elena, ses parents et ses amis, ils apprennent comment réagir dans ce genre de situations.

L'auteur Philipp Frei est expert en prévention et intervention dans le domaine de la violence, porte-parole de la Croix-Bleue suisse et père de deux enfants.

L'illustratrice Yasmine Sihite est productrice multimédias et illustratrice. Elle travaille à la Radio Télévision Suisse.

Frei, P., Sihite, Y.

Cabédita, 2020

## **Dès 8 ans**

### **Trop fort, Tony!**

Au grand désespoir de son paternel, Tony préfère nettement l'entraînement de foot virtuel, aux exercices réels sur le terrain. Lors d'un match, un bonhomme aux lunettes noires lui propose, sous le manteau, un flacon de produit dopant. Après une légère hésitation, mais séduit par la perspective d'améliorer ses performances, notre petit gars boit la potion. Son jeu change aussitôt : il dribble fait des passes et marque le but décisif. Une rencontre a suffi pour que Tony passe du statut « zéro » à celui de héros ! Mais gare aux effets pervers!

Écrit par Eric Simard, ce texte au sujet malheureusement toujours d'actualité est une excellente mise en garde contre le dopage : il démontre bien les mécanismes de ce phénomène ainsi que les différentes raisons pour lesquelles nombres de jeunes se font prendre au piège (le souci de répondre aux attentes parentales, la soif de performance, l'ego gonflé par la célébrité, sans oublier l'appât du gain ! ). Dans ce récit très réaliste, Tony a de la chance d'avoir un père bienveillant et attentif qui l'aide à croire à ses propres valeurs.

Simard, E.

Ed. Oskar jeunesse, 2012

### **La décision de Cathou**

Pour Cathou, vivre avec sa mère alcoolique, c'est beaucoup d'inquiétudes et d'espoir déçus. C'est aussi la honte que les autres sachent... Alors elle n'en parle jamais, pas même à son ami Dominique. Cependant, un jour de compétition sportive, tout bascule. La vérité éclate. Elle doit prendre une décision : vivre pour elle ou pour sa mère.

Une histoire qui parle de l'alcoolisme des parents et de ses conséquences pour les enfants. Le récit est suivi de conseils spécialement destinés aux parents et aux éducateurs. (editionboreal.qc)

Gervais, J.

Ed. Boréal jeunesse, 1995

### **C'est écrit là-haut**

Un album pour enfants qui aborde l'idée de la destinée et qui montre au jeune lecteur qu'il est parfois nécessaire de prendre sa vie en main, n'est pas chose si courante. Le projet de Claudine Desmarteau semble ambitieux, et sa réalisation parfaitement maîtrisée. Pour le petit Jacques, tout ce que l'on fait dans la vie est écrit là-haut. C'est ce que lui a dit sa mère. C'est le destin ou la fatalité. Comme l'alcoolisme de son père, la saleté des rues et des murs, les angoisses de la ville. Pour ne plus subir ce sort, Jacques prendra alors une décision : "soit c'est moi qui décide ce qui est écrit là-haut, soit c'est écrit là-haut que c'est moi qui décide". Ici la violence de la vie est sans cesse contrebalancée par l'humour du jeune héros. Un album bien plus moral qu'il n'y paraît.

Desmarteau, C.

Ed. Seuil jeunesse, 2000

## **Dès 10 ans**

### **Vivre avec un parent malade...**

« Tes parents, tu les crois invincibles, mais parfois il leur arrive d'attraper une maladie au nom terrible qui fait peur à tout le monde : cancer, sida, diabète, dépression, alcoolisme... Tes parents n'en parlent peut-être pas facilement avec toi et tu te sens perdu face à tous ces chamboulements. Alors tu te poses des questions et tu t'inquiètes beaucoup. Ce livre est là pour te conseiller, t'aider à y voir plus clair et à surmonter cette épreuve avec ta famille. » (quatrième de couverture)

Pr J.-P. Raynaud et Dr M. Vignes

Ed. Milan, 2008

Disponible chez Payot, CHF 10,20

### **L'alcool**

Sous une forme claire et dynamique, cette collection aborde les problèmes de société qui concernent les jeunes lecteurs. Chaque sujet est étudié d'un point de vue personnel aussi bien que social. Des bandes dessinées mettent en scène des enfants confrontés aux différents problèmes. Ces bandes dessinées sont complétées de textes faciles à comprendre qui expliquent comment se développe une situation, et indiquent une marche à suivre au lecteur qui se trouverait confronté à une situation similaire. Des adresses d'associations pouvant fournir des informations supplémentaires sont disponibles à la fin du livre. (quatrième de couverture)

Sanders, P. & Myers, S.  
Ed. Gamma, 1998

### **Cannabis, mieux vaut être informé**

Avec plus de cinquante titres derrière elle, la collection "oxygène" à destination des 11-13ans aborde cette fois le chanvre indien. Après une mise en situation, le cannabis est passé au peigne fin: ses appellations, son origine, la plante, ses utilisations médicales, sa consommation, les producteurs, sans oublier les effets que cette drogue procure. Outre ces informations déclinées avec beaucoup d'humour et d'exemples adressés directement aux adolescents, l'ouvrage propose aussi des témoignages qui permettent à l'adolescent de trouver écho à des situations qu'il a peut-être vécues et de voir les différentes manières de réagir. Elle lui explique les raisons pour lesquelles on fume l'herbe ou on s'y refuse. Là les témoignages éclairent tout autant que l'avis du spécialiste de la santé sur la question. L'ouvrage n'oublie pas de rappeler la législation française, interdisant l'usage de cette drogue finalement pas si douce que cela. Chiffres, informations, multiplications des situations, témoignages et pincée d'humour, voilà un documentaire riche pour que les adolescents puissent eux-mêmes se faire leur petite idée sur la question. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Pouilloux, D.  
Ed. La martinière jeunesse, 2004

### **Tu ne boiras pas la mer et les poissons**

Morgane vit à Belle-Ile-en-Mer. Son père est marin-pêcheur et comme elle dit, "il a sombré : non pas dans la mer, mais dans l'alcool". Sa mère assure une présence solide et volontaire, mais Morgane est désemparée. Pour s'accrocher à l'espoir elle s'invente des histoires, des rêves où se mêlent les légendes, les tempêtes, les personnages des temps lointains. (<http://jeunes.alcool-info-service.fr>)

Meynard, D.  
L'école des loisirs, 2002

### **Pourquoi c'est interdit ?**

Dans la version junior de la collection Les Essentiels Milan, Magali Clausener-Petit aborde cette fois le dur sujet de l'interdit et des règles. Violence verbale et physique, vol, drogue, travail des enfants, alcool, tabac, médicaments et relations sexuelles, autant de domaines liés à l'éthique qui sont soumis à des lois et des règles. Ce documentaire explique ainsi d'où viennent les lois, leur utilité et leur délimitation variant selon les pays. A un âge où l'on s'apprête à défier les limites, ce livre permet aux jeunes adolescents de comprendre les règles, leur donner un sens et finalement de mesurer leur liberté! ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Clausener-Petit, M.  
Ed. Milan, 2003

### **Tout faux, Ludo!**

Ludo vit en milieu défavorisé et est confronté à l'échec scolaire, à l'alcoolisme de son beau-père, à la violence. Il cache un ami, Thomas Delfaut, mêlé à un trafic de pastis et poursuivi par la bande à

Manu. La peur le gagne. Mais dans ce tableau sombre, il y a Valérie...et la vie peut parfois ressembler à quelque chose... ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Viot, J.-L.-

Ed. Casterman, 1997

## Dès 11 ans

### **Drogue: aux deux bouts de la chaîne**

Charly vit seul depuis des années. Il n'a ni famille, ni adresse, ni travaille donc pas d'argent. Alors il vole car Charly est accro à l'héroïne. Il a besoin de beaucoup d'argent pour ses doses. Il vole des petites vieilles ou des femmes avec des enfants. Pourtant il a vu beaucoup de ses amis mourir d'overdoses ou de maladies dues à l'échange de seringues. Mais Charly est arrivé à un point où il est dépendant de la drogue. Jusqu'où ira-t-il?

Dénonciation du trafic de la drogue, du paysan qui la cultive au consommateur dans la grande ville. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Combesque, M-A.

Ed. Syros, 1995

### **La drogue, vous êtes tous concernés**

A votre âge, de la drogue, vous n'en consommez sans doute pas. Mais vous en entendez parler autour de vous. Savez-vous les identifier? Tabac, alcool, cannabis : tout le monde les connaît, peut-être vous en a-t-on déjà proposé, à la sortie du collège ou à une fête?

Parce qu'un jour ou l'autre vous serez confronté à la drogue, et aux problèmes qui lui sont liés, ce livre vous informera pour savoir comment réagir. Parce que la drogue, vous êtes tous concernés. ([lamartinierajeunesse.fr](http://lamartinierajeunesse.fr))

Merzinski, P.

Ed. La martinière jeunesse, 2010

### **Les dangers de la drogue**

Consommées pour le plaisir qu'elles apportent dans un premier temps, les drogues ainsi que le tabac et l'alcool entraînent pour leurs usagers des risques immédiats et à moyen terme. Comment s'explique ce paradoxe ? Quels sont les mécanismes qui conduisent à la dépendance ? Comment peut-on repérer un usager de drogue et l'aider ? Et, surtout, comment en finir avec ces substances qui finissent par briser les vies ? Cet ouvrage répond à ces questions et à bien d'autres, sans perdre de vue l'essentiel : que cela soit par la prévention ou par la répression, l'objectif des pouvoirs publics et des nombreuses associations qui luttent contre les drogues est de sauver des hommes et des femmes. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Lucbert, K.

Ed. Nané éditions, 2011

### **Un pacte avec le diable**

Une fois ses parents divorcés, Roxanne a dû s'habituer à vivre avec sa mère et son beau-père. Un soir, après avoir reçu une gifle de son beau-père, elle décide de s'enfuir et de rejoindre son père. Pendant sa fugue, elle fait la connaissance de David, un jeune drogué, qui l'héberge quelques jours

chez lui. Au travers de cette amitié, Roxanne découvre l'univers impitoyable de la drogue et prend conscience de la mort. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Lenain, T.

Ed. Pocket jeunesse, 2001

### **Ces années blanches**

Marie essaie de se souvenir du temps où sa famille était heureuse. Il a bien dû exister puisque aujourd'hui il lui manque... Comment le malheur a-t-il réussi à venir s'installer sournoisement à la maison, avec son lot de disputes et de violence ? « C'est devenu glauque, doucement, et sans qu'il n'y ait rien à faire pour empêcher ça. [...] En vrai, il n'y a pas d'événement, c'est plutôt une sorte de... processus... Des petites choses qui s'accumulent jusqu'à fabriquer une impasse d'où on ne peut plus sortir ». Tout le monde subit désormais les choix de Rose, la sœur aînée de Marie, empêtrée dans le tourbillon infernal de la drogue. La vie de famille ne tourne qu'autour de l'adolescente fragile, de ses dérapages, de ses fréquents internements. Marie est alors mise à l'écart chez son frère « dans un environnement plus stable » et propice à ses études. Pourtant, même entourée de ses amis, elle sent l'ombre de sa sœur planer dans son esprit.

« Vous entreriez dans la maison où j'habitais, vous pourriez sentir cela. Le malheur, le désespoir, l'impuissance. Il n'y a plus jamais de bruit. Plus de musique, plus personne qui vient manger, même l'aspirateur on ne l'entend plus. [...] c'est tellement lourd là-dedans... Ma famille, elle est comme morte. Et ils veulent que je me noie avec eux. Je ne veux pas dire oui, alors que je les hais et je mets la tête dans le sable en prétendant que cela ne me regarde pas. Je sais que c'est faux, sinon je ne serais pas là à vous raconter. »

Avec habileté, Julie Jacob-Cœur donne la parole à l'enfant qui endure les dégâts collatéraux d'une situation délicate, à celle qui trinque sans que l'on s'en soucie. Et c'est toute la force et l'originalité de ce roman que de dire les doutes, la haine, la déception, mais aussi l'espoir de celle qu'on oublie sans le vouloir vraiment. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Jacob-Cœur, J.

Ed. Thierry Magnier, 2011

## **Dès 13 ans**

### **La Vie Blues**

« Leshaya est une rescapée. Cette fille abandonnée par une mère accro à l'héroïne a déjà tout vécu : les maisons d'accueil, les abus physiques, une grossesse accidentelle... Leshaya n'a qu'un rêve, devenir une chanteuse de légende comme Aretha Franklin ou Etta James. Elle est blanche mais sa voix est noire et elle se sent noire de toute son âme. Et, bon sang, Leshaya sait chanter! Pour elle, c'est vivre et survivre malgré la drogue, la violence, le vol, la trahison. Dans une fulgurante quête d'amour, dans sa quête de soi, peut-elle trouver la force de se libérer de son passé douloureux? Ou l'ultime trahison sera-t-elle la sienne? Combien de coups un cœur peut-il supporter avant de se refermer pour toujours? Un esprit peut-il survivre à des années d'abus et de violence? Comment

peut-on définir la «survie»? Ce sont toutes ces questions que l'auteur pose dans ce roman puissant et troublant. Une histoire bouleversante de sincérité écrite dans une langue brute, rugueuse et belle. Rarement un roman n'aura été autant destiné aux adolescents! Auteur américain déjà récompensé dans son pays par de prestigieux prix littéraires, dont le National Book Award, pour ses romans qu'elle destine plus particulièrement aux jeunes adultes, Han Nolan est pour la première fois publiée en France. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

H. Nolan

*Ed. Gallimard Jeunesse, 2012*

Disponible chez Payot CHF 10,70

### **Le jour des oies sauvages**

« Adeline Yzac nous entraîne dans une histoire fort touchante de "petites boules et d'épines au ventre", "d'un cœur lourd de peine" celui d'Ange, un jeune garçon aux portes de l'adolescence. Ange épanche sa souffrance, il n'a que trois séances d'une demi-heure pour confier son histoire à la psychologue, Madame Martin-Lacaussade. Alors il parle, se libère tout en s'inquiétant du temps qui passe, des mots qui dénoncent et trahissent sa famille et de sa psychologue qui l'écoute sans juger. Son histoire, dans son petit village de Gironde, tout le monde la connaît mais personne n'en parle. Dans cette famille qui vit à l'écart, les cris résonnent, parfois les coups volent au rythme des humeurs d'un père imprévisible qui partage ses journées entre la télé, les bières et les bars. Avec une mère un peu paumée et une sœur envoyée dans un foyer, Ange résiste refusant autant que possible les confrontations et trouvant du réconfort dans l'observation de la nature et chez de vieux voisins. Le récit mêle dialogue et états intérieurs. Au fil des pages, la souffrance se dit peu à peu avec des mots simples magnifiquement imagés, entre les lignes au départ, à travers les silences et par l'écho de sa voix intérieure. Autour d'une réalité un peu sombre, Adeline Yzac nous invite à une séance de psychothérapie tout en offrant une note d'espoir à travers les oies sauvages, celles qu'Ange voudrait suivre, celles qui lui permettent de garder la tête hors de l'eau avant que lui aussi puisse prendre son envol. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

A. Yzac

*Ed. Rouergue, 2004*

Disponible chez Payot, CHF 11,70

### **Pas de printemps pour maman**

« Julie, une jeune adolescente, découvre un jour que sa mère est kleptomane. Les problèmes commencent pour Julie face à la maladie de sa mère. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

S. Baffert

*Ed. Syros Jeunesse, 2001*

Disponible chez Payot, CHF 14,20

### **Le grand écart**

Alki Zei met en scène dans ce beau récit la vie plutôt tumultueuse de Constantina, 14 ans. Ses parents, enseignant, ont décidé de se séparer. Sur les recommandations du médecin (à cause d'une

bronchite), ils décident que Constantina ira en Grèce, son pays natal, rejoindre sa grand-mère. Finit, pour elle, la vie allemande, son pays d'adoption. Mais en Grèce, nombre de difficultés l'attente : elle déteste sa nouvelle école, les amies de sa grand-mère. En perdition, par l'entremise d'un garçon, Constantina commence alors à se droguer, sans prendre conscience des conséquences. « Ses toiles d'araignées » vont se révéler plus que jamais d'une cruelle réalité. Un roman fort et prenant pour une grande dame de la littérature jeunesse. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Zeï, A.

Ed. La joie de lire, 2003

### **Je suis un arbre**

Fleur est une jeune lycéenne qui vit seule avec sa mère alcoolique et ancienne droguée. Son père les a quittées parce « qu'il n'y avait pas de place pour lui entre sa femme, l'alcool et sa fille ». Fleur a habité pendant un certain temps avec son père qui pensait que sa mère s'en sortirait mieux si elle était obligée de se prendre en main mais ce fut la catastrophe et Fleur a décidé de revenir habiter avec sa maman certes alcoolique et irresponsable mais pleine d'amour pour sa fille. Le père de Fleur est toujours présent, il porte ces séparations comme sa croix, désolé de ne pas avoir réussi à sauver sa femme mais il a une nouvelle vie quand même avec une autre femme. Fleur a une amie, Louna, qui elle, vit seule avec son père. Comme il travaille de nuit et dort le jour ils ne se voient guère. Ces deux filles se sont trouvées le premier jour de la rentrée des classes et s'aident mutuellement à vivre et à supporter leur quotidien. Elles vivent dans deux mondes qui ne se rencontrent pas : celui de la maison et celui de l'école où elles peuvent être les gamines qu'elles devraient être.

Quelle force dans ce texte qui choisit de parler de choses difficiles avec un regard positif mais pas mièvre. Fleur vit des moments durs avec sa mère, elle la juge, elle en a honte par moments, elle souffre aussi de devoir être l'adulte de la famille, et puis il a aussi des petites bulles de bonheur, le souvenir de tout l'amour que sa maman lui a donné et lui donnera peut-être encore.

Carole Zalberg nous fait une description d'une situation somme toute pas si rare. Elle ne nous épargne aucun détail sordide mais elle montre aussi la gaité et la beauté qui peuvent cohabiter avec la plus grande souffrance. Fleur reste malgré tout une jeune fille qui a une vie propre et qui doucement rencontre l'amitié et découvre le flirt et l'amour. Curieusement ce n'est pas l'horreur de la situation qui reste en fin de lecture mais plutôt la sensation d'un grand amour et la possibilité d'un espoir. Pas l'espoir de la guérison, non, Fleur d'ailleurs le sait qui essaye simplement de prendre le meilleur, simplement l'espoir de la vie pour cette jeune fille-arbre qui doit planter ses racines plus profondément que les autres enfants. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Zalberg, C.

Ed. Actes Sud Junior, 2013

### **Jan**

Jan, c'est Janis : ça s'écrit comme un garçon (Jean), mais ça se prononce comme une fille (Jeanne). Le ton est donné, Jan est une inclassable. Son père adorait Janis Joplin, et l'homme se montre aussi cabossé, torturé que la chanteuse. Chômeur et alcoolique, ce père pourtant pas méchant est porté à bout de bras par sa femme, fatiguée. Un jour, cette dernière menace de divorcer. Il se reprend, elle s'adoucit. Mais la vie cahin-caha de la famille n'est pas faite pour durer, et Jan met un point d'honneur à protéger son petit frère Arthur des coups durs. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Desmarteau, C.

Ed. Thierry Magnier, 2016

## Eau de vie, eau de feu

Petit récit traitant du difficile problème de l'alcoolisme et de ses conséquences sur la vie de la famille

Sujet douloureux, traité ici avec beaucoup de simplicité: l'alcoolisme du père a créé - et créera longtemps - des problèmes: relations familiales tendues, regard des proches et du voisinage etc... L'amour d'un enfant pour son père peut cependant traverser ces difficultés, et son indulgence aidera probablement le père à traverser les épreuves... Parallèle est fait avec la destruction qu'a opérée l'alcool dans les tribus indiennes... Un récit tendre et sans artifice.

Chignac, F.  
Ed. La joie de lire, 2000

## Dès 14 ans

### Coffee

« Koffi n'a pas eu une enfance facile : il s'occupait de sa mère alcoolique tandis que son père, avocat très occupé, trompait sa mère. En grandissant, le jeune homme a du mal à se lier, à donner son cœur. Il finit par épouser la sage Lise, dont il a une fille, Efa. Cette dernière reprendra le cabinet d'avocats de son grand-père.

Chronique familiale désenchantée, démonstration que l'argent ne fait pas le bonheur, Coffee aborde aussi de manière sous-jacente la question de l'intégration. En effet, si Koffi parle peu de ses origines noires, son mariage avec une Blanche ne se fait pas sans heurts, on peut s'interroger sur la rage de travail de son père (une revanche ?) et les dernières pages prennent la peine d'évoquer un retour apaisé aux sources. Deux grandes thématiques donc, pour ce premier roman balayant plus de soixante ans, alternant narration au présent, dialogues aux accents typiques et souvenirs en italique. C'est captivant, très dur aussi : les scènes d'alcoolisme vues par un enfant, celles de sexe sans amour, les disputes violentes sont dérangeantes, hyper-réelles. A travers le personnage principal, une véritable analyse sociale se dessine, servie par la langue très fraîche de l'auteur : des phrases courtes, cadencées, des rimes et des mots qui claquent. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

E. Sekloka  
*Ed. Sarbacane, 2008*  
Disponible chez Payot, CHF 15,50

### Cut !

« Torstai rêve de devenir cinéaste. Rêve seulement, car entre des parents alcooliques, une sœur mineure enceinte pour la deuxième fois, et les difficultés financières du quotidien, le si responsable Torstai a fort à faire. Dans une langue rapide et vivante, le narrateur Torstai raconte des « séquences » - au sens cinématographique du terme - de sa vie, dialogues inclus, entrecoupées de « fade out » et de « cut » fréquents quand il aimerait pouvoir revivre différemment un épisode. Le cinéma, monde d'illusions... Torstai s'adresse directement au lecteur, le fait participer (« Tu veux aller la voir ou non ? Ca aussi, tu peux le dire franchement. Alors ? », p. 108), et surtout ne lui épargne rien de son

quotidien. De longues pages sont consacrées à l'alcoolisme des parents et à ses manifestations dans ce qu'elles ont de plus bas. Complaisant ? Non, le roman use simplement de réalités dramatiques pour étayer son intrigue. La pauvreté, l'inconséquence des parents durcissent mais aussi renforcent le héros, qui oscille entre rationalisme et sentiments qu'il ne peut taire. Tout se passe comme si la gestion de la famille revenait entièrement à Torstai, qui se raccroche en pensées à une assistante sociale absente les quelques jours que dure le roman. Le jeune homme semble persuadé de n'aboutir à rien dans sa vie si mal partie, et pourtant, par ses capacités mêmes de recul sur les événements, nous devinons que l'avenir ne lui sera que plus souriant. A commencer peut-être par un amour avec la jolie et originale Moosa... Ce roman fort est extrêmement proche dans ses thèmes des Ostrogoths de Martine Pouchain (Les 400 Coups, 2007), un humour empathique en moins. « Voilà, voili, voilà », comme dirait notre héros, ce que l'on peut retenir d'un livre complexe et marquant. » ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

H. Marjut Marttila

*Ed. Acte Sud Junior, 2009*

Disponible chez Payot, CHF 20,20

### **L'alcool, un drôle d'ami**

Pour vous, faire la fête, passer une soirée entre amis sont souvent synonymes de boire un verre 1 et même, de temps en temps, de prendre une bonne " cuite ". Malheureusement, pour certains d'entre vous, l'alcool est devenu bien plus que cela. Parfois, vous vous sentez seul ou un peu déprimé, et vous savez bien que l'alcool peut vous aider à oublier vos soucis. En apparence du moins ! Car la consommation excessive d'alcool représente un réel danger. Voici un livre pour vous aider à faire le point sur votre consommation et à prendre conscience de vos limites.

*Thomazeau, A-M.*

*Ed. De la Martinière jeunesse, 2007*

### **Junk**

Melvin Burgess donne, avec Junk une peinture de la réalité sociale que peuvent vivre de jeunes adolescents à notre époque. Racontée à plusieurs voix, l'histoire de ces jeunes restent un témoignage précieux. Nico, 14 ans, décide de fuguer, quittant ses parents alcooliques et violents. Gemma, son amie, accepte de le suivre, par défi contre sa famille. Ils sont alors accueillis dans un squat, et acceptent une première fois une piqûre d'héroïne. C'est l'engrenage qui les mène à une déchéance bouleversante. Une lecture nécessaire pour ce très beau roman. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Burgess, M.

Ed. Gallimard Jeunesse, 2002

### **Héro, mon amour**

La famille Niwicka a tout pour être heureuse : de l'argent, une belle maison, la santé. Mais les apparences sont trompeuses. Chacun vit de manière isolée, réconfortée par sa petite drogue, plus ou moins dangereuse. Le plus jeune fils va en faire les frais.

Véritable drame de la modernité, l'histoire est construite en deux temps nettement séparés : avant l'accident, et après. Avant, la parole est donnée à chacun des personnages, dans un effet choral qui

permet de poser et même nuancer la situation. Après, Jacek, le fils restant, se fait narrateur. Il exprime alors sa détresse, ses errances pour trouver sa place au sein d'une famille qui a comme explosé en silence. Dans un présent simple de proximité, l'écriture témoigne à la fois d'une réserve pour ne pas dire d'un secret, et d'une grande intensité ; elle suit en cela au plus près non seulement le psychisme et les hésitations complexes du héros, mais aussi le phénomène d'incommunicabilité entre les membres de la famille. Héro, mon amour constitue également un solide plaidoyer par l'exemple contre les drogues en tous genres, lesquelles sont envisagées davantage sous leur angle psychologique que physique : les bassesses et mensonges qu'elles entraînent n'ont pas de limites ici. Un beau roman intime à consonance sociale.

Onichimoswka, A.  
Ed. Thierry Magnier, 2009

## Dès 15 ans

### Addiction

A seize ans, Maddie est en cure de désintoxication. Elle y rencontre Trish, tombe sous le charme de Stewart. Puis les uns et les autres sortent de l'hôpital, et restent en contact. Issue d'un milieu aisé, Maddie est la seule à reprendre le lycée. Elle s'accroche pour rattraper son retard, et se rapproche de Martin, un garçon gentil mais coincé. Toujours amoureuse de Stewart, la jeune fille vit quelques beaux moments avec lui, tandis qu'il peine à trouver sa place. Le temps passe, Trish disparaît brutalement dans une sombre histoire de cocaïne. Stewart vacille, se reprend, trouve une nouvelle petite amie... La menace d'une rechute dans l'alcool et/ou la drogue est toujours présente pour ces moins de vingt ans. Volontaire, Maddie prend sur elle pour atteindre obstinément son rêve : intégrer une bonne université.

C'est Maddie qui raconte, avec un recul presque effrayant sur sa courte vie, et une sorte de froideur clinique qui paradoxalement crée une folle émotion. Son récit au présent laisse les jours et les mois s'écouler, comme pour intensifier encore un effet dramatique d'épée de Damoclès. Le propos est évidemment rude, souvent cru, jamais ou rarement heureux ; au décès de Trish, Maddie se souviendra avec tristesse de la tension permanente qui animait son amie. Le lecteur ne peut s'empêcher de se demander le pourquoi de tels comportements destructeurs. Si Trish et Stewart ont des passés personnels assez lourds, Maddie et Ashley sont elles gâtées par leur naissance, leur famille relativement unie. L'auteur choisit de ne pas se lancer dans une psychologie forcément de bazar. Tout se passe simplement comme si la jeunesse, frappée d'une vacuité insondable, refusait son avenir à travers des situations extrêmes. Celles-ci sont propres peut-être à l'adolescence, mais dépassent celles vécues par les générations précédentes (voir le père, ancien amateur de fêtes reconverti dans les affaires).

Tout est une question de limites, mais surtout de courage et aussi de chance, semble nous dire le roman : certains s'en sortent, et d'autres non... L'héroïne fait partie des happy few qui trouvent la force morale de combattre leur addiction, mal du siècle. Les dernières pages bouleversantes, désespérément objectives pour un lecteur aux émotions balayées, finissent même par éclipser l'idée dérangeante, sous-jacente au fil des pages, que l'argent est un facteur aidant au bonheur (ne serait-ce que pour payer une cure de désintoxication). ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Moran, C.  
Ed. Albin Michel jeunesse, 2014

## **Belle gueule de bois**

Pierre déteste le matin. Parce qu'une fois levé, l'adolescent doit quitter son antre – une maison perdue au milieu de nulle part - pour l'enfer (l'école). Après le divorce de ses parents, le jeune homme a choisi de vivre avec son père alcoolique qui lui dit et répète : « Quand tu es là, c'est comme un médicament ». Pour éviter de sombrer, Pierre nourrit le rêve de devenir vagabond et s'accroche à de menus détails qu'il aime chez son père. Mais malgré l'amitié qu'il entretient avec Omar, son unique pote, l'adolescent, à bout de souffle, fini par s'effondrer. Pour une fois, son père endosse son rôle et le tire de là. Jusqu'à la prochaine fois ?...

Belle gueule de bois est un récit coup de poing sur les ravages collatéraux de l'alcool. Pierre Deschavannes décrit bien les difficultés d'aimer un père détruit par la maladie, et l'ambivalence (amour-haine) que cette relation « particulière » sous-tend. Cette histoire aux relents tristes se termine dans une impasse : l'adolescent s'avère incapable (et on le comprend) de choisir entre ce paternel à la dérive et sa propre existence. Des illustrations (pas vraiment convaincantes) de l'auteur parsèment ce récit (autobiographique) qui résonne comme un cri libérateur pour aller vers un ailleurs que l'on espère meilleur. Un premier texte incisif et prometteur. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Deschavannes, P.  
Ed. Rouergue, 2014

## **Biture express**

Sarah a quinze ans, et déjà une solide expérience de l'alcool derrière elle. Sa jeune sœur Gaby l'observe en silence se détruire, cache ce qu'elle peut aux parents. Mais un été au camping, deux événements dramatiques vont faire basculer Sarah.

Deux voix alternées, deux sœurs qui s'aiment mais n'arrivent plus à communiquer. La relation est belle, complexifiée avec la présence en arrière-plan de Lucas, jeune homme sensibilisé au phénomène de l'alcoolisme. Florence Aubry fait parler Sarah avec un naturel confondant, un déni tout en finesse qui résonne à la fois de la rébellion adolescente et du malaise de celui qui ne maîtrise plus rien. A travers les yeux de Gaby, l'auteur n'évite pas les détails sordides de l'alcool : vomissements, pertes de mémoire, sexualité débridée, débuts de coma, etc. Pour instiller un élan à la fiction, un suspense hante habilement les protagonistes depuis les premières jusqu'aux dernières pages : que s'est-il passé la nuit dont Sarah ne se souvient plus, celle où elle s'est réveillée sous sa tente, mais sans son pantalon ?... Si le « binge drinking » ne brise pas Sarah, la dernière leçon proposée par l'ouvrage marque suffisamment les esprits pour classer Biture express dans les romans qui osent, ceux qui sont durs mais justes. A offrir, tel un gage de responsabilité, à partir de 15 ans. ([www.ricochet-jeunes.org](http://www.ricochet-jeunes.org))

Aubry, F.  
Ed. Mijade, 2010