



Enfants de parents dépendants

Choix de livres pour enfants

Dès l'âge préscolaire.....	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
Dès 4 ans .....	4
Maman, reviens !.....	4
Dès 6 ans .....	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
Dès 8 ans .....	7
Trop fort, Tony!.....	7
La décision de Cathou .....	7
C'est écrit là-haut.....	7
Dès 10 ans .....	8
Vivre avec un parent malade.....	8
L'alcool .....	8
Cannabis, mieux vaut être informé.....	8
Tu ne boiras pas la mer et les poissons.....	9
Pourquoi c'est interdit ?.....	9
Tout faux, Ludo!.....	9

## 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 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 propre 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

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

## 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

## 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 maîtrisé. 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

## 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 accroc 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

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 Ysac 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

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 siennes... 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

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



## 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