

MA P'TITE FAMILLE 200 ACTIVITÉS À FAIRE AVEC VOS ENFANTS

Auteure: Sandra Heute
Éditions: First Edition

Le soir, le mercredi, le week-end, pendant les vacances ou les goûters d'anniversaire... Les occasions de divertir les enfants sont nombreuses.

Pour ne pas manquer d'inspiration, Sandra Heute présente dans cet ouvrage plus de

200 activités, manuelles ou de plein air, pour un enfant seul ou pour un groupe, et ce de 3 à 12 ans.

Au fil des saisons, les activités se présentent sous forme de fiches indiquant le nombre de personnes requis, l'âge conseillé, le temps nécessaire, le coût, etc. Des variantes sont également proposées afin de donner de nouvelles idées et d'adapter à votre guise les activités. Toutes les activités imaginées par l'auteur ont fait leurs preuves auprès d'enfants de tous horizons... À vous de jouer !

Dès Fr 18.70

BIG BANG BABY

Auteure: Lucie Citharelle
Éditions: Sokrys Editions

Une future mère dépassée par l'intensité des émotions qui la traversent. Autant l'attente du bébé est douce, autant l'arrivée du bébé est violente. Toutes ses croyances volent en éclat. Quel monde nouveau va émerger de ce Big Bang?

Big Bang Baby nous plonge dans les sentiments nouveaux, complexes et souvent ambigus d'une future, puis d'une jeune maman.

Profondément juste, Lucie Citharelle révèle ce ressenti maternel tabou, que peu de femmes assument.

Dès Fr 23.-

L'ÉCOLE DE L'OPTIMISME

A partir de 8 ans

Auteur: Martin E.P. Seligman
Éditions: Les éditions de l'Homme

Guidé par ses parents et son entourage, l'enfant développe petit à petit sa confiance en lui et son optimisme, découvrant ainsi sa capacité à relever les défis.

Doté de cette force positive qui pourra être déployée tout au long de sa vie, il jouit dès lors d'un meilleur équilibre physique et psychologique. Dans cet ouvrage, Martin Seligman montre comment favoriser l'optimisme chez les jeunes et les amener à bâtir cette résilience qui leur permettra d'apprendre, de performer, d'éviter les tendances dépressives et de briller à l'école de la vie.

A travers de multiples exemples et conseils de l'auteur, les parents, les professeurs, entraîneurs sportifs et divers intervenants trouveront les outils nécessaires pour aider les jeunes à grandir en force et en valeur.

Dès Fr 37.-

LES RANDONNÉES D'ÉLOÏSE AUTOUR DU LÉMAN

Auteure: Carole Pierrehumbert Heuri
Éditions: Slatkine Helvetica

Après l'excellent accueil réservé aux trois premiers volumes des Randonnées d'Eloïse, j'ai décidé de continuer à proposer, dans un autre environnement, des randonnées attrayantes pour toute la famille, et plus particulièrement pour les personnes ayant des enfants en poussette ou qui commencent à marcher.

Les randonnées de ce quatrième opus permettent de découvrir sous un autre angle le pourtour du lac Léman. Ce guide propose 20 itinéraires allant de 0,5 à 7 km, la plupart réalisables avec une poussette tout-terrain. Les places de jeux et les aires de pique-nique sont aussi signalées afin que tous passent une agréable journée de détente. Cet ouvrage donne également des recommandations concernant les divers modes de transport des bébés ainsi que le temps de marche des enfants en fonction de leur âge.

Dès Fr 25.-

VOTRE PREMIER MOIS AVEC BÉBÉ

(nouvelle édition)

Parution: mai 2013
Auteure: Laurence de Cambronne
Éditions: Le livre de poche

La première nuit, les premiers pleurs, le premier bain, les premières tétées à la maison... Lorsqu'il s'agit de votre premier enfant, vous vous posez mille questions, qui vous semblent parfois bêtes ou naïves. Doit-il faire un rot au milieu de son biberon ? Jusqu'à quel âge le nourrir à la demande ? Que penser de la tétine ? Quels sont les symptômes inquiétants et les fausses angoisses ? Comment le faire dormir une petite nuit de cinq ou six heures d'affilée dès l'âge d'un mois ? Ce livre, qui apporte des réponses à toutes vos interrogations, est la réédition actualisée d'un ouvrage paru pour la première fois en 1998. Il est devenu un classique.

Dès Fr 10.60

