

# Livres à emprunter

Santé publique Sudbury et districts possède un stock de livres que le personnel éducateur peut emprunter gratuitement en appui à des sujets précis en promotion de la santé mentale qui sont abordés en classe. Les livres peuvent servir d'outils d'enseignement ou de ressource « compagnon de lecture ». Ils ont été soigneusement choisis et classés pour faciliter la sélection. Pour emprunter un livre, veuillez nous appeler au 705.522.9200, poste 393, nous envoyer un [message](#) ou nous envoyer un courriel à l'adresse [equipesantescolaire@phsd.ca](mailto:equipesantescolaire@phsd.ca).

## Livres sur l'empathie et la compassion

- *Je suis Humain : un livre sur l'empathie*, par Susan Verde
- *L'amour un livre sur la compassion*, par Susan Verde
- *La petite casserole d'Anatole*, par Isabelle Carrier
- *Les couleurs de l'arc-en-ciel vivre la différence*, par Jennifer Moore- Malinos
- *Le gros ours grincheux*, par Nick Bland



## Livres sur la pleine conscience

- *Calme et attentif comme une grenouille*, par Eline Snel
- *Le crabe et baleine : la pleine conscience pour les petits- une introduction douce et efficace*, par Mark Pallis et Christiane Kerr
- *Pocket activités: Pleine conscience pour les enfants*, par Dr. Christopher Willard
- *Ollie: Un livre sur la pleine conscience*, par Élise Gravel

## Livres sur la gentillesse, l'amour et l'amitié

- *Frisson l'écureuil se fait un ami*, par Melanie Watt
- *Le bisou secret*, par Audrey Penn
- *Je lis avec Pat le chat: Un poisson, pour Pat* par James Dean
- *Je lis avec Pat le chat: L'énorme sandwich*, par James Dean
- *As-tu rempli un seau aujourd'hui? Le bonheur quotidien expliqué aux enfants*, par Carol McCloud
- *La gentillesse me rend plus fort*, par Elizabeth Col
- *Dans les souliers d'un autre*, par Sophie Lamoureux

## Livres sur les émotions et l'adaptation

- *Quand mes émotions deviennent trop grandes! Un livre de relaxation pour les enfants sujets à l'anxiété,* par Kari Dunn Buron
- *Tigrou-Tigrou, est-ce bien vrai? Quatre questions pour retrouver le sourire* par Byron Katie et Hans Wilhelm
- *Pat le Chat : Je porte mes lunettes magiques,* par Kimberly et James Dean
- *C'est OK d'être en colère : accepter ses émotions pour mieux les contrôler,* par Belle Elaine
- *La maîtrise des émotions pour les enfants : 50 histoires originales pour apprendre à gérer ses émotions,* par Educa'Fun

## Livres sur la responsabilité, la capacité d'agir et le sentiment d'efficacité personnelle

- *L'araignée qui ne perd pas son temps,* par Eric Carle
- *Le crayon magique de Malala,* par Malala Yousafzai
- *Dans mon petit cœur,* par Jo Witek et Christine Roussey

## Livres sur l'estime de soi

- *Moi je m'aime!* par Karen Beaumont
- *Princesse Abayili : Conte pour enfants : connaître ses forces pour se libérer de ses doutes et vaincre ses peurs,* par Sibi Lawson Ankou
- *Le Dragon qui ne crachait pas de feu,* par Camille Hourtane

## Livres sur l'esprit de croissance

- *Je lis avec Pat le chat : Pat à la plage,* par James Dean
- *Quel génie!* par Ashley Spires
- *Je lis avec Pat le chat : Pat au baseball,* par James Dean
- *Un bon point pour Zoé* par Peter Hamilton Reynolds
- *École de vol,* par Lita Judge
- *Le hauts et les bas d'Amanda,* par Ashley Spires
- *Ton fantastique cerveau élastique,* par JoAnn Deak, PhD
- *Dans l'univers des forces de caractère,* par Martine Regourd-Laizeau
- *Tout le monde,* ar Élise Gravel

R : 2024-02