



#PrenonsSoinDenous !

Une sélection de livres pour apprivoiser la nuit

"Que se passe-t-il quand je dors ?" Une question que chaque enfant peut se poser avec parfois une certaine angoisse. Les histoires et les livres peuvent aider l'enfant à appréhender la nuit plus sereinement.



Pour un enfant, le moment de dormir implique une séparation avec ses parents, ses jeux, ses activités ... en d'autres termes il peut avoir le sentiment de devoir se séparer de la vie. L'entrée dans le monde inconnu qu'est la nuit peut être un moment angoissant.

L'idée est de montrer aux enfants que la nuit n'est pas peuplée de monstres ni de loups mais que la réalité de la nuit n'est pas si différente de celle du jour. Une multitude d'animaux s'éveillent et s'activent, des personnes travaillent, les rues sont éclairées.

Source image : <https://www.topsante.com/medecines-douces/homeopathie/nux-vomica/homeopathie-quelles-granules-pour-un-enfant-qui-dort-mal-622518>

Retrouvez ci-dessous, une sélection de livres, adaptés aux tout-petits qui évoquent la nuit :

- **Nuit - Emmanuelle Eeckhout - Editions Pastel**

Qu'est-ce qui se passe la nuit quand les enfants sont dans leur lit ? Près du poulailler, dans le ciel et dans les prés, que font le loup, les chauves-souris, le lapin et le renard ? Une magnifique balade sous la pleine lune.

Pour visualiser la première de couverture, cliquez ici : https://images-na.ssl-images-amazon.com/images/I/41rnIMrx6EL_SX258_BO1,204,203,200.jpg

- **Regarde dans la nuit - Catherine Jouselme, Emiri Hayashi - Editions Nathan**

Sur chaque double page, un chat accompagne l'enfant dans la découverte d'éléments qui illuminent la nuit : la lune, des yeux, des fenêtres, etc. Avec des matières à toucher et des motifs brillants.

Pour visualiser la première de couverture, cliquez ici : <https://static.fnac-static.com/multimedia/Images/FR/NR/8f/cd/33/3394959/1540-1/tsp20161118170758/Regarde-dans-la-nuit.jpg>)

- **Clic, Crac... C'est le loup ? - Jean Maubille - Editions L'école des loisirs**

Il fait nuit. Deux yeux brillent dans le noir. CRAC ! « Papa, le loup est là ! » CLIC ! Papa allume la lampe de poche. « Mais non ! C'est juste un escargot. Regarde comme il est beau ! ». Un album très ludique qui permet de découvrir ce qui se cache dans le noir.

Pour visualiser la première de couverture, cliquez ici : <https://ekldata.com/TK7fRqQgcHEkY5oyFTvLg6424pl.jpg>

- **Quand tu dors ... - Delphine Chedru - Gallimard Jeunesse**

Cet album permet de montrer que la vie continue la nuit, même si l'enfant ne le voit pas. Par exemple les éboueurs ramassent les poubelles, le gardien du musée veille dans les salles silencieuses, l'astronome observe le ciel, le courrier fait le tour de la terre... Les heures passent, le marché s'installe, le ciel s'éclaircit. L'album se termine sur une jolie fin avec une page en rabat : un oiseau se pose sur la fenêtre de la chambre d'un enfant encore endormi, qui se réveille au chant de l'oiseau.

Pour visualiser la première de couverture, cliquez ici : https://www.gallimard-jeunesse.fr/assets/media/cache/cover_medium/gallimard_img/image/A63315.jpg)

- **On se cache dans la nuit - Aurélie Guilleret – Nathan**

Un livre de coucou-caché pour découvrir les petites bêtes de la nuit. Dans la nuit, une chauve-souris se réveille, un hérisson remue son museau, une grenouille saute dans l'eau... Pour découvrir les animaux de la nuit, l'enfant doit soulever les flaps en feutrine.

Pour visualiser la première de couverture, cliquez ici : https://media.cultura.com/media/catalog/product/cache/1/image/1000x1000/9df78eab33525d08d6e5fb8d27136e95/o/n/on-se-cache-dans-la-nuit-9782092589168_0.jpg?t=1593129598

