

IX. Bébé et petits enfants

IXa.1. ELIACHEFF Caroline

A corps et à cris

Odile Jacob, 1993, 193 p.

"Parler aux nouveau-nés? Mais ils ne comprennent pas!"

"Si, ils comprennent!"

Dans cet ouvrage bouleversant, Caroline Eliacheff nous relate son expérience de psychanalyste avec des nouveau-nés au travers de l'histoire de plusieurs tous petits en situation de souffrance importante (abandon, naissance sous x...)

Au fil des pages, écrites dans un style accessible, on est émerveillé par cette capacité extraordinaire du bébé de comprendre, grâce aux paroles simples et vraies de la psychanalyste, ce qui s'est passé à l'origine de sa vie, ou ce qui lui arrive à un moment donné. Dans bien des cas, cette parole guérit le nouveau-né.

Parents, je vous recommande la lecture de ce livre, vous ne verrez plus jamais vos enfants de la même façon.

IXa.4. KLAUS Marshall et Phyllis

La magie du nouveau-né

Editions Albin Michel, 2000, 145 p.

Cet ouvrage très agréable à lire et illustré de nombreuses photographies noir et blanc, plonge le lecteur dans cet instant magique qu'est la rencontre d'un nouveau-né. Avec un souci permanent du respect du bébé, les auteurs apportent de nombreuses informations quant aux étonnantes capacités de l'enfant, depuis la vie intra-utérine jusqu'aux premières heures après la naissance. La lecture de ces pages permet une meilleure connaissance de ce qu'est un bébé et contribue à un accueil plus averti et donc plus détendu.

Un livre utile, écrit de manière douce et humaine, à lire pour le plaisir, en couple, en préparation à la naissance.

IXa.8. LEACH Penelope

Les six premiers mois

Seuil, 1988, 149 p.

Dans ce livre au style direct et accessible, Penelope Leach s'adresse aux femmes: "assurer une naissance respectueuse et humaine est capital, mais ce n'est pas suffisant, il faut prolonger cette approche "sans violence" après la naissance".

Le livre donne, et c'est ce qui en fait son originalité, quelques pistes essentielles pour permettre cette approche humaine et douce dans les premiers mois de la vie du bébé.

Penelope Leach déclare notamment que l'écoute et le respect de soi-même et de son bébé est primordial et permet le plus souvent de trouver les réactions appropriées. Elle insiste également sur l'importance capitale de répondre aux besoins du bébé, à tous les besoins du bébé, cette présence l'aidera à construire une confiance en lui solide.

Une place importante est en outre réservée à la place et au rôle du papa.

Plusieurs idées reçues reçoivent de la part de l'auteur de sévères critiques.

Les six premiers mois semblent vouloir communiquer ce message: "mères, pères, écoutez-vous, écoutez votre enfant, c'est en vous que vous trouverez les meilleures façons d'agir".

IXa.9. MORRIS Desmond

Le bébé révélé

Editions Calmann - Lévy, 1993, 233 p.

Pourquoi le bébé a-t-il tant de mal à venir au monde? - Que voit le nourrisson? - Qu'entend-il? - Que sent-il? -Rêve-t-il? - Comment la mère reconnaît-elle les pleurs de son enfant parmi tant d'autres?- Comment consoler un bébé? - Pourquoi aime-t-il qu'on le berce? Pourquoi certaines mères ont-elles des jumeaux? - Pourquoi dit-on que la cigogne apporte les bébés?- Pourquoi le nouveau-né crie-t-il? En somme, ce bébé, qui est-il?

Desmond Morris fait appel à son expérience de zoologue et d'observateur de l'espèce humaine pour se pencher sur la forme de vie

la plus remarquable de toutes: le bébé. Il nous livre ici le portrait plein d'humour et de tendresse des douze premiers mois du petit homme, et répond à nombre de questions que se posent les parents.

IXa.12.

Enfanter

Le lien mère - enfant - père

Guide de la création des liens à la naissance pour donner à la vie toutes ses chances

Editions Frison - Roche, 1989, 315 p.

Le livre est constitué en grande partie de témoignages de parents et de professionnels recueillis lors du Congrès international sur la création des liens à la naissance, organisé les 15 et 16/10/88 par l'association "Sages - Femmes du monde".

Chacun parle à sa façon de la création de ces liens si indispensables pour la vie et le bonheur.

Le style parlé a été laissé aux témoignages avec l'accord de leurs auteurs.

Ce guide se veut un témoignage universel de la naissance. Les parents y trouveront information et réconfort, les professionnels de la naissance apprécieront ce qu'est l'accompagnement global de la parentalité. Espérons que cela favorisera la rencontre de tous pour plus de convivialité et de respect dans la création des liens autour des naissances dans le monde.

Il contient notamment des articles du Dr. Papiernik, du Dr. Tomatis, de Jaques Gelis, du Dr. Martinez, du Dr Marsden Wagner, ainsi que de nombreux témoignages de parents.

IXb.8. LEBOYER Frédérick

Shantala

Un art traditionnel: le massage des enfants

Seuil, 1974, 151 p.

Nourrir l'enfant? Oui. Mais pas seulement de lait. Il faut le prendre dans les bras. Il faut le caresser, le bercer. Et le masser.

Ce petit, il faut parler à sa peau, il faut parler à son dos qui a soif et faim autant que son ventre.

Dans les pays qui ont conservé le sens profond des choses les femmes savent encore tout cela. Elles ont appris de leur mère, elles enseigneront à leurs filles cet art profond, simple et très ancien qui aide l'enfant à accepter le monde et le fait sourire à la vie.

Le livre montre le massage Shantala par des belles photos et un texte poétique.

IXb.15. WALKER Peter

Bébé massages

Le guide du développement harmonieux

Marabout, 1997, 125 p.

Peter Walker, auteur de ce livre, est médecin et enseigne sa technique aux parents et professionnels depuis vingt ans. En lisant ce livre et en regardant ces belles photos vous ne pourrez pas vous empêcher de masser votre bébé. Ce qui est important ce n'est pas vraiment la technique, car des techniques il y en a plusieurs, et elles sont toutes aussi valables les unes que les autres. La richesse de ce livre réside aussi dans ses explications, conseils, informations.

Chaque chapitre a son importance, le premier vous expliquera l'importance du toucher et les origines du massage. Dans le deuxième il vous donnera toutes les informations pratiques et nécessaires pour commencer à masser votre bébé. Le troisième vous décrira comment allier le massage au mouvement en vous expliquant comment faire des exercices d'assouplissement pour aider votre enfant à s'asseoir, ramper et marcher. Dans le dernier chapitre vous trouverez des conseils pour masser des enfants ayant certains besoins spécifiques comme les prématurés, les bébés nés par césarienne ou encore pour les bébés avec des handicaps physiques. Également comment faire face à toute une variété de maladies infantiles courantes comme problèmes de digestion, respiration, etc. Un livre à lire si vous voulez donner une dimension affective aux soins apportés à vos enfants.

IXb.20. VOORMAN C. / DANDEKAR D.

Massage pour bébés

Contact, chaleur et douceur

Editions Vigot, 2002, 96 p.

Ce livre ne contient pas seulement des techniques en ce qui concerne les massages pour bébé. (son auteur, directrice du centre ayurvédique de Munich). Ses auteurs sont tous les deux spécialités de l'Ayurvéda, qui est en Inde l'enseignement sur l'art de vivre mieux et en bonne santé. En Occident on entend de plus en plus parler d'Ayurvéda, alors pour les lecteurs et lectrices de ce livre ce sera soit une complète découverte, ou alors peut-être des renseignements complémentaires en ce qui concerne le massage pour bébé. Par exemple le massage adapté à la personnalité de votre bébé avec questionnaire ludique qui pourrait vous permettre d'établir plus précisément le type de constitution de votre bébé, Kapha ou bien Pitta ou encore Vata.

Vous trouverez également des recettes d'huiles de massage ainsi que de pâtes végétales à composer vous-même.

Très important aussi le chapitre dédié aux mamans " A mères heureuses bébés joyeux ". Il détaille le massage fait par le partenaire mais aussi d'autres thèmes comme l'allaitement, la santé de la peau, quelques exercices de yoga et quelques conseils ayurvédiques sur l'alimentation.

Pour revenir au titre "Massages pour bébé", ce livre vous montre avec de très belles photos des méthodes détaillées pour masser votre bébé à tous les stades de sa croissance. Ce livre contient également un poster en couleur ou les photos sont accompagnées d'un texte. Alors mon avis, car vous connaissiez l'Ayurvéda ou pas: ce livre est très intéressant car au fond le message autour des bienfaits du massage est très bien passé.

Je vous souhайте des moments de détente et de bonheur pas seulement en le lisant mais surtout en mettant en pratique sur vos enfants, vous-mêmes et votre partenaire(e) ces gestes qui sont un délice pour le corps et l'âme.

IXb.22. Claude-Suzanne Didierjean

Porter bébé, Avantages et bienfaits

-Jouvenence Editions 2005, 93 p.

En ce qui concerne le portage des bébés et des bambins, beaucoup de crainte et d'hésitation sont de nos jours encore en circulation, p.ex.: Le portage rend-t-il le bébé dépendant de sa mère? En étant beaucoup porté, pourra-t-il devenir un jour autonome ou va-t-il se transformer en tyran capricieux? Quant à sa colonne vertébrale : Le bébé ne doit-il pas être allongé sur le dos pendant de longues heures pour qu'elle devienne bien droite?

Va-t-il un jour apprendre à dormir seul?

Trop puissant sont encore dans l'esprit de certains, les règles impérieuses, édictées dans de nombreux manuels de puériculture, de laisser crier le bébé pour ne pas lui donner la déplorable habitude de l'avoir tout le temps dans les bras.

Quels sont maintenant les bienfaits et les joies du portage pour le bébé, quels sont les avantages pour les jeunes parents? C'est le sujet primordial de ce petit livre français, avec lequel Mme Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau veut faire envie aux jeunes parents de le pratiquer et de leur fournir des arguments de le justifier face à un entourage souvent sceptique, voire critique.

Tout d'abord, les différents types de développement de la progéniture des mammifères sont décrits (tels que: les nidifuges, les nidicoles et les primates) ainsi que les raisons pour lesquelles la biologie du comportement classe l'homme parmi celui des primates « porteurs (ou portés) » actifs. Ensuite elle jette un regard à l'histoire du portage et elle constate que, contrairement à nos régions, ailleurs dans le monde le portage n'a jamais disparu. Dans de multiples études réalisées depuis les années cinquante du vingtième siècle, les chercheurs sont d'accord sur l'importance d'un contact corporel étroit entre mère et enfant et les effets positifs sur le comportement d'attachement réciproque ce qui signifie pour le

bébé d'être plus sécurisé et pour la mère de pouvoir mieux répondre aux besoins du petit et d'avoir ainsi moins de stress.

Parmi les bienfaits du portage pour le bébé, il y a de multiples effets positifs à énumérer p.ex. sur le développement moteur, la stimulation vestibulaire, le sens du toucher, le développement du langage etc. Quant aux avantages pour les parents: c'est pratique, c'est économique et c'est bien pour la forme.

Ce petit livre se lit facilement et il contient beaucoup d'informations et d'explications intéressantes et parfois surprenantes sur l'art du portage.

Selon l'auteur, les aspects plus pratiques sont abordés dans un autre ouvrage, qui s'appelle « Peau à peau » d'Ingrid van den Peereboom.

IXc.18. SEARS William

Que faire quand bébé pleure?

(Ancien titre: Le bébé difficile)

(idem Das 24-Stunden-Baby)

La Leche Ligue, 1985, 194 p.

Tous les nouveaux parents se posent ces questions à un moment ou à un autre; les parents d'un bébé difficile se les posent chaque jour. Si vous utilisez des termes tels que hypersensible, intense, exigeant, imprévisible, distant ou épuisant pour décrire votre bébé, c'est peut-être que vous avez un enfant aux besoins intenses, c'est-à-dire un enfant qui nécessite des doses supplémentaires d'empathie et de patience. Vous aurez donc besoin de soutien et de conseils pratiques que vous trouverez dans ce livre.

IXc.37. ROQUES Nathalie

Vivre la relation avec son bébé

Chronique Sociale, 2005, 132 S.

Nathalie Roques connaît bien la façon d'élever les bébés telle qu'elle est prépondérante dans notre culture occidentale : biberon, sommeil solitaire et indépendance sacro-sainte, c. à d. maternage distal.

En partant de cette situation, elle nous fait part des expériences qu'elle a faites avec ses sept enfants.

Elle développe de manière détaillée la philosophie de l'allaitement qui permet d'éviter les problèmes courants tels que engorgements, crevasses, etc., tout en y apportant des solutions rapides.

Quant au sommeil, elle part du sommeil solitaire pour en arriver au lit familial qu'en fin de compte toute la famille adore, y compris le papa, même si ce dernier a été réticent au début. Elle explique bien les arguments théoriques en faveur du lit familial et donne de nombreux conseils pratiques, y compris concernant la vie intime du couple.

Elle décrit par ailleurs les avantages du portage de nos bébés et fournit les conseils pratiques essentiels.

Finalement, un chapitre fort important est consacré aux interactions entre la maman qui allaite et son entourage : père, grands-parents, amis, monde médical. Voilà ce qui n'est pas toujours facile, mais Nathalie Roques donne les bons conseils !

Un livre MERVEILLEUX ! 132 pages qui vont droit au but : vous donner envie de pratiquer le maternage proximal.

IXd.1. ANTIER Edwige

Mon bébé dort bien

Balland/Jacob Duvernet, 1998, 126 p.

Ce livre au titre évocateur est facile à lire avec des chapitres d'une à deux pages bien structurés sur tout ce qu'il faut savoir autour du sommeil de l'enfant. Il réserve beaucoup de place aux besoins du bébé, portage, bercement, contact corps à corps, consolation, tétées longues et fréquentes. Au fond un livre étonnant, écrit par une pédiatre connue, qui tient une chronique régulière sur France Info. Elle recommande le rooming-in de jour et de nuit car "la nurserie n'est pas un lieu calme. Dans votre chambre il ressent votre présence, votre odeur, votre intimité. Elles lui apportent sécurité et

bien-être tout en vous permettant une meilleure connaissance réciproque".

Elle recommande même le partage du lit en supplantant les mères de se fier à leur cœur et à leur instinct maternel. Pour introduire le bébé à une chambre à lui et à un lit à lui, elle mentionne l'âge de six mois mais propose également l'âge de 4 ans comme seuil, ce qui est un peu contradictoire mais ouvre sûrement la porte aux flexibilités adaptées à toutes les familles. Lorsqu'elle préconise qu'après trois mois il y aura le calme entre 23 heures et 5 heures du matin, je crains que pour certains couples parents-bébés ceci ne soit trop optimiste. L'autrice souligne que c'est la maturation cérébrale qui règle le sommeil et non les interventions ou le dressage des enfants. Les chapitres voués aux coliques et aux pleurs du soir aident les parents à comprendre ce qui se passe, à modérer leurs attentes et à accompagner leur enfant avec sérénité. Les chapitres sur les rêves, les cauchemars, les rituels, l'influence de la garderie, de la garde-enfant "nounou", sur le sommeil sont très explicatifs. Mais il existe également des petites phrases qui me déplaisent telles que: "Un lit à barreaux pour que le bébé se sente en sécurité" - "Changer les draps du lit chaque jour" ou quelques dissonances et contradictions sur l'accompagnement, la consolation, le bercement, la tétée de nuit, le couchage de nuit, qui alternent avec laisser pleurer et deux pages sur la méthode du Dr.Ferber de Boston.

En France un nombre effrayant de bébés ont déjà fait connaissance avec des somnifères (un petit sirop) selon des études, l'autrice parle d'une façon très claire en déconseillant cette pratique. Le livre se termine en beauté avec un aperçu sur les traditions d'ailleurs. En conclusion, il s'agit d'un livre de poche, qui fournit beaucoup d'informations pour un prix très avantageux.

IXd.8. SEARS William

Être parent le jour...et la nuit aussi

Comment aider votre enfant à dormir

M.D., Ligue Internationale La Leche, 1992, 190 p.

Les premiers mois, voire les premières années sont souvent difficiles en ce qui concerne le sommeil. Nos petits amours ne nous laissent pas toujours nous reposer et recharger "les batteries" aussi souvent qu'il le faudrait. Résultat: fatigue, énervement, manque de patience, parfois un ton plus élevé que nous le voudrions et pour finir, mauvaise conscience. En ce qui concerne ce thème, il y a deux sortes d'adeptes: ceux qui pensent qu'il faut laisser pleurer le bébé pour ne pas lui donner de mauvaises habitudes ou trop gâter, et ceux qui réfléchissent aux conséquences de ces pleurs et qui disent que lorsqu'un bébé pleure c'est qu'il a quelque chose et qu'il faut répondre à ses besoins, quels qu'ils soient, même si cela implique de dormir avec ses parents.

Ce livre partage et défend très bien la deuxième thèse. Quoi qu'il en soit, que vous soyez de l'un ou de l'autre avis, ou que vous ne sachiez pas encore très bien ce que vous voulez ou voudrez faire, prenez le temps de le lire, aussi bien la maman que le papa. Plutôt vous le lirez, mieux ça sera. Je suis sûre que ce livre répondra à beaucoup de vos questions. Exemples: Où devrait dormir le bébé? Pourquoi les parents sont-ils hésitants? Comment relaxer son bébé? Quels peuvent être les causes des pleurs? Comment l'aider à faire une sieste? Problèmes de sommeil chez les enfants des familles monoparentales - que faire? etc.

Le livre vous donne également des conseils pratiques: comment aider le bébé à s'endormir, les avantages de l'allaitement, le rôle important du père et dans les circonstances particulières, comme les voyages en famille, l'enfant hospitalisé etc. Il peut aider des nouveaux parents à élever leurs enfants dans la joie et dans un meilleur climat de sécurité...

Ces enfants qui, dès leur naissance, auront appris qu'ils peuvent avoir pleinement confiance en leurs parents, les êtres qu'ils chérissent le plus au monde, seront sûrs d'eux-mêmes et feront sans crainte leurs premiers pas dans le monde. Les besoins fondamentaux qui ont été satisfaits au moment où ils se manifestaient, ne harcèleront pas ces enfants durant toute leur vie. Ils seront libres, ils

pourront se développer et s'épanouir, ils seront bien dans leur peau. Mieux encore, ils posséderont une précieuse expérience de première main de la vie familiale, qu'ils pourront partager et transmettre à leurs propres enfants.

IXd.14. DIDIERJEAN-JOUVEAU Claude-Suzanne

Partager le sommeil de son enfant

Jouvence, 2005, 93 p.

Ce petit livre contient en comprimé beaucoup d'informations utiles sur le sommeil de l'enfant. En sept chapitres il nous présente d'abord la réalité sur le sommeil des bébés avec des sous-chapitres nommés : des attentes irréalistes, pourquoi les réveils nocturnes ? Doit-on apprendre à dormir aux enfants ? Cinq chapitres présentent différentes façons de passer une nuit reposante pour tous ensemble (le co-sleeping ou cododo) et donnent toutes les informations utiles. Un chapitre très pratique fournit des réponses basées en partie sur des études scientifiques aux parents et à leur entourage sur toutes sortes de critiques et craintes qu'on peut entendre face au cododo : Vous allez l'étouffer, cela doit gêner votre intimité de couple, c'est un caprice, il faut qu'il prenne son autonomie.

Dans la préface la pédiatre Edwige Antier introduit le livre avec les mots suivants : " Notre culture occidentale érige la séparation précoce en dogme au mépris des besoins du petit de l'homme, qui a une maturité longue à établir. Les bras de ses parents pour s'endormir, leur présence rassurante sont nécessaires pour lui donner cette base affective de sécurité qui lui permet de se remettre de tous les efforts et de toutes les angoisses de la journée. C'est cette réassurance qui permet à ses neurones de se recharger et de le rendre frais et dispo, optimiste et radieux, le lendemain pour la grande vie. Mais on vous culpabilise d'endormir votre enfant près de vous parce que dans notre société les enfants dérangent - même si nous les noyons sous une avalanche de gadgets en plastique. Nous sommes extrêmement pressés qu'ils s'endorment seuls, nous laissant une soirée de détente entre la vie professionnelle et la vie de nuit.... Profitez de cette dépendance des premières années, vous regretterez ce temps lorsqu'à l'adolescence il partira par la porte de la cuisine pendant que vous dormirez ".

Un livre important à lire que nous recommandons vivement.

Xd.22. SIGOUD-ROUFF Dominique

Aimé

Actes Sud, 2006, 88 p.

En à peine une centaine de pages, ce petit récit conte l'histoire d'une grossesse qui n'ira pas jusqu'à son terme. On découvre au fil des pages l'attachement, si fort déjà, de la maman pour son bébé encore tout petit, ses questionnements par rapport à son aptitude à être une nouvelle fois maman, ses craintes liées à son âge déjà avancé, ses rapports avec le milieu médical... Dans un style direct, presque télégraphique parfois, l'autrice (la maman) nous livre les émotions qui l'ont habitée durant cette période, nous emportant avec elle jour après jour. L'écriture étant souvent sur le ton du récit, avec une grande sobriété et une légèreté du texte, on évite une certaine lourdeur qui peut parfois peser sur ce genre de thèmes. Ici, pas de revendication, pas d'explications, pas de descriptions, juste des mots, des images, des événements et des émotions. Le lecteur est en contact direct avec la maman, ce qui rend le livre touchant, attachant mais aussi bouleversant tant on vit avec l'autrice, page après page.

Ce texte évoque le sujet souvent tabou de la fausse couche, et de celui plus tabou peut-être encore de la diminution de la fécondité avec l'âge. La pré-ménopause se ressent ici dans les propos de la maman qui sent que quelque chose est sur le point de se terminer... Et pourtant c'est la vie qui parle au travers de ce bébé conçu sans le prévoir, et c'est la vie que cette maman veut voir en lui, en sa venue même de courte durée, la vie qui la fait s'attacher à lui de façon si bouleversante, la vie encore qui lui fait rechercher le sens de cette venue inattendue d'un petit.

Quelques pages, des mots simples pour dire simplement des choses très fortes et trop souvent tues.

" Pour tous ces innombrables absents "...

Xd.23. FOURNIER Jean- Louis

Où on va, papa ?

Editions Stock 2008, 155 p.

Un livre qui raconte la vie d'un père sur la vie avec ses fils ! Un livre qui a eu le Prix Femina 2008 ! Un auteur et humoriste reconnu qui longtemps après leur naissance lève le voile sur ces deux fils « pas comme les autres » pour avouer qu'il n'a pas été un bon père, parce qu'il veut qu'il reste un témoignage, une trace, et pas seulement une photo sur leur carte d'invalidité.

Ceci est un livre qui touche, qui, bien que facile à lire avec des petits chapitres d'une à trois pages, racontant chacun un épisode sur ses fils, un vécu, une réflexion sur eux, qui bouscule le lecteur/la lectrice par sa franchise, son humeur noire, sa dérision. Et bien sûr, également par le fait que des pensées que beaucoup de gens en pareille situation n'auraient même pas osé penser, se voient ici imprimées en noir et blanc. C'est grinçant, dérangeant, parfois plein d'humour et d'amour et en d'autres endroits du récit on ne peut pas suivre l'auteur, on n'accepte pas, on ne comprend pas. Il brise des tabous, face aux handicapés, face aux mines de circonstance et à la compassion bienveillante. Au fil de sa lettre, il retrace certains épisodes de leur vie ensemble, à coups de chapitres très brefs.

« Si un enfant qui naît, c'est un miracle, un enfant handicapé, c'est un miracle à l'envers » (page 18) « Quand je pense que je suis l'auteur de ses jours, des jours terribles qu'il a passés sur terre, ..., j'ai envie de lui demander pardon » (page 19) « Mes enfants ne ressemblent à personne. Moi, qui voulais toujours ne pas faire comme les autres, je devrais être content » (page 101) « Mes enfants n'auront jamais un curriculum vitae.....Qu'est ce qu'on pourrait mettre sur leur curriculum vitae ? ... Mes enfants n'auront jamais un casier judiciaire. Ils sont innocents. Ils n'ont rien fait de mal... » (page 115)

Sur les blogs et sur beaucoup de pages d'associations de parents d'enfants handicapés l'auteur est félicité pour ce livre : « Mais j'ai aimé ton livre. Il a réveillé en moi des émotions qui n'avaient jamais été ainsi bousculées. Il m'a donné à réfléchir sur des questions que mon inconscient et ma bonne conscience avaient d'un commun accord mis aux abonnés absents. »

Mais finalement une toute autre vue fait surface (en mars 2009) celle de la mère des deux enfants, Agnès Brunet. <http://ouonvamaman.monsite.orange.fr/index.jhtml>

« Il semble que beaucoup de lecteurs n'aient pas compris que ce livre était un roman, et qu'ils l'aient pris au premier degré, jusque dans ses détails les plus caricaturaux. J'en profiterai pour tenter de rectifier l'image de mes fils. Je ne l'ai pas vécu comme ça. Tout au long de ma vie, j'ai pris le temps nécessaire pour connaître et apprivoiser mes garçons. Je peux vous affirmer que leur existence n'a pas été inutile. Je refuse l'idée désespérante que le passage de Matthieu et de Thomas sur cette terre n'était finalement destiné à rien. À rien d'autre qu'à accabler leur père et à servir de sujet à un livre, aussi excellent soit-il. »

C'est aussi un livre qui, complété par le site de la mère, reflète la vue différente que deux parents peuvent avoir des mêmes enfants. Il illustre comment les parents après un divorce voient leur parentage encore d'avantage sous des angles différents.

Malgré tout cela, c'est un livre à lire, à discuter, à mettre en route des réflexions sur notre vue de la vie des enfants avec ou sans handicap et de leurs parents, un livre qui nous interpelle.

IXe.15. CHOFFAT François Dr.

Vaccinations: le droit de choisir

Editions Jouvence, 2001, 191 p.

La première partie de ce livre écrit par un médecin homéopathe suisse traite des vaccinations en général et en particulier de l'enthousiasme pour les vaccinations tel qu'il est communiqué lors des études en médecine. Puis l'auteur explique les doutes qui se sont

installés lors de sa longue expérience comme médecin de santé publique au Maroc et comme médecin de campagne en Suisse.

Ce livre présente une vaste panoplie d'informations pour soutenir un choix personnalisé des vaccinations: celles à retenir, à refuser ou à relayer à plus tard. L'auteur donne des réponses aux questions qui peuvent se poser autour des vaccinations, et de leurs conséquences. L'ouvrage n'est pas polémique mais largement documenté, il fournit les informations nécessaires pour faire des choix, chacun à sa façon.

La deuxième partie présente séparément les vaccins les plus courants en décrivant d'abord la maladie qu'il faut prévenir, le traitement de cette maladie et le vaccin adéquat. Chacun de ces chapitres se termine après les consignes officielles par une proposition nuancée du Dr. Choffat. Cette deuxième partie discute également la vaccination contre la grippe ou les vaccins pour les voyageurs.

IXh.5. MOLL Ralf / SCHAIN-EMMERICH Ute

Mon Bébé Bio

Terre Vivante, 2000, 117 p.

Ce petit livre donne un aperçu sur l'alimentation naturelle de la maman et du bébé. Les informations élémentaires sur l'allaitement y sont intégrées, de même que les directives pour la préparation de biberons à la base de lait de jument, lait de chèvre, lait d'amandes ou lait industriel. En plus des conseils diététiques il fournit des informations de base sur les différents aliments et donne des explications concernant l'étiquetage des denrées préparées. Pour l'introduction des solides dans l'alimentation du bébé il fournit des recettes utiles et simples, ainsi qu'un planning de sevrage qui semble assez rigide en fixant des heures de repas et en ne mentionnant nullement que l'allaitement maternel reste possible après le premier anniversaire. La prévention des allergies se retrouve à travers tout le livre avec à la fin un petit chapitre nommé: Allergies et infections des enfants: les infections sont-elles utiles?