

« Comme le papillon, j'ai la force et l'espoir de croire, qu'avec le temps je sortirai de mon cocon transformé. »
~ Kirsti A. Dyer



Tous les résidents du Nouveau-Brunswick peuvent accéder gratuitement à la collection de livres du **Projet lire pour guérir**.

Il faut simplement une carte de bibliothèque.

Si vous avez besoin d'aide, communiquez avec le personnel de votre bibliothèque publique locale.

❖ Un clic sur n'importe quel titre vous conduira directement vers le site web du

Service des bibliothèques publiques du Nouveau-Brunswick.

Alzheimer	Media	Cote	ISBN	Auteur
Alzheimer et autres démences	BOOF	FR 616.831 GRA	9782895238423	Graham & Warner
Alzheimer, gardez le contact!	BOOF	616.8311 MOR	9782889117802	Morandi, Sylviane
Alzheimer: fatalité ou espoir?	BOOF	616.831 ALZ	9791090685307	Chételat, Gaëlle
Alzheimer: peut-on combattre la maladie sans médicament?	BOOF	FR 616.831106 BAU	9782359344714	Bautrant, Thierry
Anxiété – Crises de panique – Phobies – Trouble obsessionnel compulsif	Media	Cote	ISBN	Auteur
Anxiété La boîte à outils (enfants)	BOOF	155.41246 HEB	9782896626397	Hébert, Ariane
Anxiété La boîte à outils (enfants)	ELIVRE-F	LIVREL	9782896626410	Hébert, Ariane
Extraordinaire moi calme son anxiété de performance (enfants)	BOOF	FR J 155.41246 COU	9782923827544	Couture, Nathalie
Guérir l'anxiété de nos enfants	BOOF	618.928522 REI	9782764026304	Reid, Louise
Guide de survie pour surmonter les peurs et les inquiétudes (enfants)	BOOF	FR J 152.46 CRI	9782923827780	Crist, James
L'anxiété racontée aux enfants	BOOF	FR J 155.41246 HEB	9782896626878	Hébert, Ariane
L'anxiété racontée aux enfants	ELIVRE-F	LIVREL	9782896626892	Hébert, Ariane
Le pire n'est pas toujours à venir	BOOF	152.46 CAR	9782755628777	Carbonell, David
Maîtriser votre anxiété	BOOF	152.46 BOU	9782890007208	Bourne, Edmund
Méditer pour ne plus stresser (Livre + CD)	BOOF	155.9042 WIL (2)	9782738129420	Williams & Penman
Plus envie de rien! le trouble anxieux généralisé (enfants)	BOOF	FR J P MAR	9782897090296	Marleau, Brigitte
Pourquoi j'ai mal au ventre? : guide pratique de l'anxiété (enfants)	BOOF	155.41246 GIB	9782896440030	Gibson Desrochers, Susie
Pourquoi j'ai mal au ventre? : guide pratique de l'anxiété (enfants)	ELIVRE-F	LIVREL	9782896442331	Gibson Desrochers, Susie
Toc ou pas toc? : reconnaître un trouble obsessionnel compulsif	BOOF	616.85227 LAM	9782738133700	Lamagnère, Franck
Vaincre ses peurs	BOOF	152.46 AUG	9782761943079	Auger, Lucien
Vaincre ses peurs	ELIVRE-F	LIVREL	9782761943130	Auger, Lucien
Autisme – Asperger	Media	Cote	ISBN	Auteur
Accompagner un enfant autiste	BOOF	618.928588 POI	9782763790374	Poirier & Kozminski
Asperger et fière de l'être	BOOF	362.1968 REY	9782212566628	Reynaud, Alexandra

Autisme et adolescence	BOOF	618.928588 POI	9782763734415	Poirier & Kozminski
Autisme et adolescence	ELIVRE-F	LIVREL	9782763734422	Poirier & Kozminski
Automutilation	Media	Cote	ISBN	Auteur
10 Questions sur l'automutilation chez l'adolescent	BOOF	616.8582STJ	9782924804032	Germain & St-Jean-Trudel
Ados: scarifications et guérison par l'écriture	BOOF	616.8900835 RIO	9782738130518	Rioult, Catherine
Compétences parentales	Media	Cote	ISBN	Auteur
Apprendre à être parent: un défi créatif	BOOF	649.1 PRE	9782804185145	Prévost, Bénédicte
L'art d'être des parents séparés	BOOF	306.874 BEN	9782226393494	Benzohra, Nour-Eddine
L'art d'être des parents séparés	ELIVRE-F	LIVREL	9782226422439	Benzohra, Nour-Eddine
Le burn-out des enfants	BOOF	155.9042 MIL	9782228918190	Millêtre, Béatrice
Le burn-out des enfants	ELIVRE-F	LIVREL	9782228915250	Millêtre, Béatrice
Les enfants volcans: comprendre et prévenir les comportements difficiles	BOOF	649.64 LER	9782923827407	Leroux-Boudreault, Ariane
Les parents se séparent: mieux vivre la crise et aider son enfant	BOOF	306.89 CLO	9782896196036	Cloutier, Richard
Les parents se séparent: mieux vivre la crise et aider son enfant	ELIVRE-F	LIVREL	9782896196050	Cloutier, Richard
Mes parents se séparent: je me sens perdu	BOOF	FR 306.89 BER	9782253177050	Berger, Maurice
Parent: gros bon sens	BOOF	FR 306.89 BER	9782253177050	Berger, Maurice
Parent: gros bon sens	ELIVRE-F	LIVREL	9782923827292	Doyon, Nancy
Père, mère après séparation: résidence alternée	BOOF	306.89 NEY	9782749249230	Neyrand, Gérard
Père, mère après séparation: résidence alternée	ELIVRE-F	LIVREL	9782749249247	Neyrand, Gérard
Croissance personnelle: Compassion envers soi-même – Estime de soi – Pleine conscience	Media	Cote	ISBN	Auteur
Apprendre à méditer (CD)	BOOF	155.9042 STA (2)	9782352042297	Goldstein & Stahl
Apprivoisez vos émotions (CD)	AUDF-CD	LA 615.851 GAR	9782356414311	Gardet, Clarisse
Attention: estime de soi en construction (enfants)	BOOF	FR J 158.1 DES	9782923827391	Deslauriers, Stéphanie
Attention: estime de soi en construction (enfants)	ELIVRE-F	LIVREL	9782923827698	Deslauriers, Stéphanie
Au coeur de la tourmente, la pleine conscience	BOOF	FR 155.9042 KAB	9782290054468	Kabat-Zinn, Jon
Bien respirer, l'antistress naturel (CD)	AUDF-CD	LA 613.192 PAI	9782356417886	Paire, Yvonne
Calme et attentif comme une grenouille	ELIVRE-F	LIVREL	9782894726389	Snel, Eline
Calme et attentif comme une grenouille (Inclut un CD/enfants)	BOOF	158.12 SNE (2)	9782894726372	Snel, Eline
Cessez de vous déprécier!	BOOF	158.1 CHA	9782100751907	Chassangre & Callahan
Comment améliorer son estime de soi: pour l'adolescent	BOOF	FR JA 155.5182 PEL	9782896545445	Pelletier, Geneviève
Comment développer l'estime de soi de nos enfant	ELIVRE-F	LIVREL	9782896197248	Laporte, Danielle
Comment développer l'estime de soi de nos enfants	BOOF	649.12 LAP	9782896197378	Laporte, Danielle
Conseils de psys: ce qu'il faut savoir pour vivre mieux	BOOF	158 CON	9782738129901	André, Christophe
Développer l'estime de soi de son enfant	BOOF	155.4182 LIN	9782212565164	Lindgren, Petra Krantz
Développer l'estime de soi et l'intelligence émotionnelle de votre enfant	BOOF	649.7 PEL	9782896545209	Pelletier, Geneviève
Grrr!!! Comment surmonter ta colère	BOOF	FR J 152.47 VER	9782923827148	Verdick, Elizabeth
Guide d'entraînement pour apprivoiser son lion (enfants)	BOOF	FR J 152.47 DUF	9782923827865	Dufour, Marianne
J'ai rendez-vous avec le vent, le soleil et la lune (enfants)	BOOF	FR J 158.12 BER	9782732477138	Bernard & Dupeyrat
La dépendance affective: ses causes et ses effets	BOOF	155.232 PIE	9782764025697	Piétro, Daniel
La dépendance affective: ses causes et ses effets	ELIVRE-F	LIVREL	9782764032275	Piétro, Daniel
La santé mentale des enfants et adolescents	BOOF	362.2083 LAB	9782890925625	L'abbé, Yvon
La vie en pleine conscience	BOOF	155.9042 GOL	9782897583934	Goldstein, Elisha
La vie en pleine conscience	ELIVRE-F	LIVREL	9782897583941	Goldstein, Elisha
Le petit livre pour dire non à la violence (enfants)	BOOF	FR J 152.47 STM	9782747061964	De Saint-mars & Bloch
Le petit livre pour dire non aux abus sexuel (enfants)	BOOF	FR J 362.76 SAU	9782747057073	Saulière & Després

Croissance personnelle: Compassion envers soi-même – Estime de soi – Pleine conscience	Media	Cote	ISBN	Auteur
Le piège du bonheur: créez la vie que vous voulez	BOOF	158.1 HAR	9782761926409	Harris, Russ
Le piège du bonheur: créez la vie que vous voulez	ELIVRE-F	LIVREL	9782761932905	Harris, Russ
L'esprit est son propre médecin	BOOF	294.34435 LES	9782894557624	Kabat-Zinn & Davidson
L'esprit est son propre médecin	ELIVRE-F	LIVREL	9782894557631	Kabat-Zinn & Davidson
L'estime de soi de nos adolescents	BOOF	155.5 DUC	9782896197798	Duclos, Germain
L'estime de soi de nos adolescents	ELIVRE-F	LIVREL	9782896197811	Duclos, Germain
L'incapacité d'être seul	BOOF	155.92 AUD	9782228916578	Audibert, Catherine
Mathis: faire face aux difficultés et choisir la vie (enfants)	BOOF	FR JA 362.280835 DUF	9782923827797	Dufour, Geneviève
Mathis: faire face aux difficultés et choisir la vie (enfants)	ELIVRE-F	LIVREL	9782923827919	Dufour, Geneviève
Méditer pour avoir confiance (CD)	AUDF-CD	LA 158.12 MID (3)	9782367620350	Midal, Fabrice
Méditer pour mieux grandir (enfants)	BOOF	158.12083 WIL	9782824608594	Willard, Christopher
Méditer, jour après jour	AUDF-CD	LA 158.12 AND	9782367620428	André, Christophe
Méditer: 108 leçons de pleine conscience (Livre + CD)	BOOF	FR 158.12 KAB (2)	9782352043577	Kabat-zinn, Jon
N'ayons plus peur: oser la compassion peut transformer nos vies	BOOF	177.7 THU	9782714459183	Jinpa, Thupten
Où tu vas, tu es	BOOF	158.12 KAB	9782290068939	Kabat-zinn, Jon
Pleinement présent	BOOF	616.891425 SMA	9782897651923	Smalley, Susan
Reconnecte avec toi (enfants)	BOOF	FR J 158.12083 LEM	9782894369432	Lemay, François
Revenir au monde	BOOF	158.12 BOR	9782761948081	Bordeleau, Nicole
Revenir au monde	ELIVRE-F	LIVREL	9782761949644	Bordeleau, Nicole
Tout est là, juste là : méditation de pleine conscience (Livre + CD)	BOOF	158.12 SIA (2)	9782738130440	Siaud-Facchin, Jeanne
Y a-t-il des perfectionnistes heureux ?	BOOF	155.232 BAS	9782761942508	Ramirez Basco, Monica
Dépression	Media	Cote	ISBN	Auteur
Adolescence & dépression: parlons-en	BOOF	618.928527 VAL	9782359344448	Valet, Gilles-Marie
Burn-out ou dépression, je me soigne!	BOOF	158.723 DUP	9782843193736	Dupuis, Arnaud
Idées noires et tentatives de suicide: réagir et faire face	BOOF	FR 616.858445 GRA	9782738117250	Granier, Emmanuel
La dépression	BOOF	616.8527 COL	9782896543908	Coleman, Lee
Méditer pour ne plus déprimer: la pleine conscience (Livre + CD)	BOOF	362.25 MED (2)	9782738124586	Williams & Teasdale
Mieux vivre avec un enfant déprimé ou anxieux	BOOF	618.928527 CAR	9782761942140	Cartwright-Hatton, Sam
Mieux vivre avec un enfant déprimé ou anxieux	ELIVRE-F	LIVREL	9782761945585	Cartwright-Hatton, Sam
Qu'est-ce que la dépression? : un guide pour aider les enfants	BOOF	J 616.8527 BOR	9782746829336	Borchard, Therese
Un burnout en cadeau	BOOF	158.723 DRO	9782894366899	Drouin, Karine
Un burnout en cadeau	ELIVRE-F	LIVREL	9782894366912	Drouin, Karine
Du postpartum à la dépression	ELIVRE-F	LIVREL	9782764033487	Parent & Paquet
Deuil: Divorce – Mort – Relations – Suicide	Media	Cote	ISBN	Auteur
Apprivoiser le deuil animalier	BOOF	155.937 PIO	9782890928350	Pion, Lynne
Apprivoiser le deuil animalier	ELIVRE-F	LIVREL	9782890928367	Pion, Lynne
Chouette divorce! (enfants)	BOOF	J F MIN	9782812606199	Minière, Isabelle
Comment revivre après le deuil d'un enfant	BOOF	155.937085 GUI (2)	9782843193101	Guillot-Noël, Laurence
Décès périnatal: le deuil des pères	BOOF	155.937 DEC	9782896198139	De Montigny, Francine
Décès périnatal: le deuil des pères	ELIVRE-F	LIVREL	9782896198153	De Montigny, Francine
Deuil et pleine conscience: méditations pour soulager	BOOF	155.937 STA	9782732470344	Stang, Heather
La vie après le suicide	BOOF	362.28 AND	9782130731016	André, Joanne
La vie, la mort (enfants)	BOOF	FR J 128 DUM	9782745965219	Huard & Dumontet
Quand la mort est traumatique	BOOF	155.937 BRI	9782764018934	Brillon, Pascale

Quand la mort est traumatique	ELIVRE-F	LIVREL	9782764032787	Brillon, Pascale
Traverser l'épreuve d'une grossesse interrompue	BOOF	155.937085 LAN	9782843193835	Lancelin-Huin, Nathalie
Vivre un deuil périnatal: mort d'un diamant brut	BOOF	B 155.937 VAN	9782897211226	Vandendorpe, Magda
Vivre un deuil périnatal: mort d'un diamant brut	ELIVRE-F	LIVREL	9782897211240	Vandendorpe, Magda
Douleur chronique	Media	Cote	ISBN	Auteur
La douleur ne me lâche pas: comprendre la douleur chronique	BOOF	616.0472 GRI	9782804703981	Berquin & Grisart
Libérez-vous de la douleur	BOOF	616.0472 DIO	9782228918220	Dionne, Frédéric
Harcèlement et violence	Media	Cote	ISBN	Auteur
Halte au harcèlement à l'école	BOOF	371.580944 GAV	9782035925336	Gava & De Tarlé
Je me défends du harcèlement	BOOF	FR J 302.343 PIQ	9782226321138	Piquet & Mandel
La violence à l'école	BOOF	371.782 TRO	9782212564556	Trouchaud, Marie-Jeanne
LGBTQ2+ Sois fier de qui TU es!	Media	Cote	ISBN	Auteur
Adolescences lesbiennes: de l'invisibilité à la reconnaissance	BOOF	306.7663 LEB	9782890915800	Lebreton, Christelle
Adolescences lesbiennes: de l'invisibilité à la reconnaissance	ELIVRE-F	LIVREL	9782890915824	Lebreton, Christelle
Bien vivre son homosexualité	BOOF	306.766 MIL	9782738117311	Millêtre, Béatrice
Familles LGBT: le guide	BOOF	306.850866 FAM	9782890915060	Greenbaum, Mona
Familles LGBT: le guide	ELIVRE-F	LIVREL	9782890915077	Greenbaum, Mona
Modèles recherchés: l'homosexualité et la bisexualité racontées autrement	BOOF	306.76 PIL	9782894559413	Pilon, Robert
Modèles recherchés: l'homosexualité et la bisexualité racontées autrement	ELIVRE-F	LIVREL	9782894559420	Pilon, Robert
Personnalité limite (borderline)	Media	Cote	ISBN	Auteur
Borderline: cahier pratique de thérapie à domicile	BOOF	616.85852 DUC	9782738135957	Ducasse, Déborah
Manuel du borderline	BOOF	FR 616.85852 DES	9782212557909	Desseilles, Martin
Mieux vivre avec un trouble borderline	BOOF	616.85852 MUS	9782100749720	Musa, Catherine
Schizophrénie	Media	Cote	ISBN	Auteur
La schizophrénie: la reconnaître et la soigner	BOOF	FR 616.898 FRA	9782738134899	Franck, Nicolas
Mieux vivre avec la schizophrénie	BOOF	FR 616.898 ROU	9782100761777	Rousselet, Anne-Victoire
TDAH	Media	Cote	ISBN	Auteur
Comment être plus attentif, moins hyperactif	BOOF	FR JA 616.8589 CLE	9782940558476	Clerget, Stéphane
Guide de survie pour les enfants vivant avec un TDAH	BOOF	FR J 618.928589 TAY	9782923827230	Taylor, John
Mon cerveau a besoin de lunettes: le TDAH expliqué aux enfants	BOOF	FR J 616.928589 VIN	9782761949552	Vincent, Annick
Mon cerveau a besoin de lunettes: le TDAH expliqué aux enfants	ELIVRE-F	LIVREL	9782761949569	Vincent, Annick
Mon enfant est hyperactif (TDAH)	BOOF	618.928589 VIG	9782804171148	Vigo, Sylvie
Traumatisme: Abus – Agression sexuelle – TSPT – Violence domestique	Media	Cote	ISBN	Auteur
Ces mères qui ne savent pas aimer	BOOF	155.6463 FOR	9782501111973	Forward, Susan
Guérir les traumatismes du développement	BOOF	FR 612.8 HEL	9782729614980	Heller & LaPierre
Guérir par-delà les mots	BOOF	FR 616.8521 LEV	9782729613358	Levine, Peter
Les abus affectifs	BOOF	FR 152.41 CRA	9782226391841	Crabié & Tixier
Les abus affectifs	ELIVRE-F	LIVREL	9782226421647	Crabié & Tixier
Les agressions sexuelles et le harcèlement	BOOF	364.153 DES	9782764024034	Désaulniers, Louis-Georges
Les mères absentes	BOOF	158.24 COR	9782875152213	Cori, Jasmin Lee
Se guérir d'un parent alcoolique	BOOF	362.2924 CHA	9782896465835	Chayer Gélinau, Paulette
Survivre aux parents toxiques	BOOF	362.76 ARC	9782824608365	Arcoulin, Julie

Traumatisme – Premier répondants & militaire				
Gérer le trauma: un combat au quotidien	BOOF	616.8521 SOI	9782804182748	De Soir, Erik
La voie du retour : un ouvrage destiné aux militaires et vétérans	BOOF	616.8521 GER	9782923335759	Germain, Vanessa
Trouble bipolaire	Media	Cote	ISBN	Auteur
Comment bien vivre avec des troubles bipolaires	BOOF	616.895 FIE	9782081313033	Fieve, Ronald R
Cyclothymie: troubles bipolaires des enfants et adolescents	BOOF	618.92895 HAN	9782843192821	Hantouche, Elie
Dépression et trouble bipolaire chez l'adolescent	BOOF	FR 618.928527 EVA	9782804168728	Evans, Dwight L
La maladie bipolaire: expliquée aux souffrants et aux proches	BOOF	616.895 GIA	9782738127907	Giachetti, Raphaël
Mieux contrôler mon bipolaire avec la mindfulness	BOOF	616.89506 BEA	9782100741366	Gay, Christian
Mieux vivre avec un trouble bipolaire	BOOF	FR 616.895 MIR	9782100722594	Christine Mirabel-sarron
Vivre avec un maniaco-dépressif	BOOF	616.895 GAY	9782818505113	Gay, Christian
Troubles alimentaires – Image corporelle	Media	Cote	ISBN	Auteur
Anorexie, boulimie. En faim de conte	BOOF	616.8526 DOD	9782220085104	Dodin, Vincent
Boulimie - anorexie: guide de survie pour vous et vos proches	BOOF	FR 616.8526 HER	9782729613839	Hervais, Catherine
Cessez de manger vos émotions	BOOF	616.8526 HUO	9782761948838	Huot, Isabelle
Cessez de manger vos émotions	ELIVRE-F	LIVREL	9782761949996	Huot, Isabelle
Deux à combattre l'anorexie	BOOF	FR 616.85262 PLE	9782738129727	Pleux, Didier
Faire face aux troubles alimentaires: anorexie, boulimie	BOOF	616.8526 RIG	9782725635125	Rigaud, Danie
Surmonter la boulimie: la suralimentation et le binge eating	BOOF	FR 616.8526 COO	9782100701285	Cooper, Peter
Troubles de dépendances	Media	Cote	ISBN	Auteur
25 idées reçues sur les addictions	BOOF	616.86 KAR	9791031802145	Karila, Laurent
Cannabis, on en parle?	BOOF	FR JA 362.295 POU	9782732481203	Pouilloux & Azam
Comment te passer du tabac	BOOF	FR JA 362.2966 CLE	9782940520442	Clerget, Stéphane
Écouter son corps pour guérir: émotions négatives, addictions	BOOF	616.85206 HOE	9782843193927	Hoenner, Christian
Exploration drogues: premier contact	BOOF	FR JA 613.8 ROY	9782895444558	Roy, Alain
Jeunes et alcool: génération jouissance	BOOF	362.292083 DUV	9782804188375	De Duve, Martin
L'alcoolisme est-il une fatalité? : comprendre et inverser	BOOF	616.861 TIM	9782804702779	De Timary, Philippe
Sexe sans contrôle: surmonter l'addiction	BOOF	616.85833 POU	9782738138187	Poudat, François-Xavier
Comment te passer du tabac	ELIVRE-F	LIVREL	9782940558940	Clerget, Stéphane
Exploration drogues: premier contact	ELIVRE-F	LIVREL	9782895445036	Roy, Alain