



## Alimentation et santé

“Que ton aliment soit ta seule médecine !”

Hippocrate, médecin et philosophe grec, considéré traditionnellement comme le « père de la médecine ».

---

### Pour les élèves (et leurs parents!) de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année

#### Quand je prends mon petit déjeuner

- Récit qui plaira aux élèves de la maternelle et du jardin d'enfants
- Un âne, à l'imagination débordante, prend son petit déjeuner et se laisse emporter par la rêverie.

#### Pourquoi ce livre?

- Récit qui permet au lectorat de participer à une aventure sensorielle grâce à l'esprit vagabond d'un petit âne.

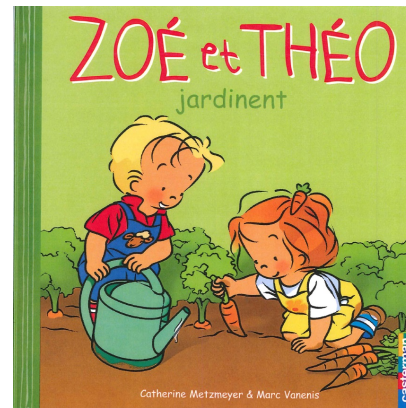


---

#### Zoé et Théo jardinent

- Récit qui plaira aux élèves de la maternelle et du jardin d'enfants

- Zoé ne trouve personne qui pourrait l'aider à jardiner, toute sa famille est occupée. Zoé se met à bouder, mais, heureusement, elle trouve de belles grosses fraises rouges, qu'elle s'empresse de dévorer! Hé, hé, fallait être là au bon moment!

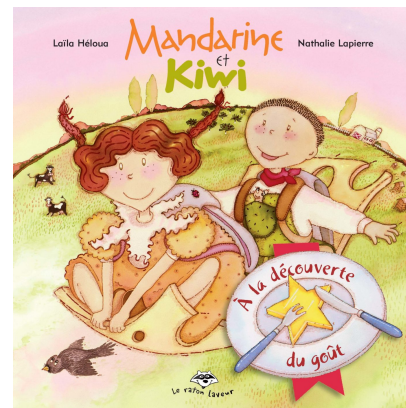


### Pourquoi ce livre?

- Récit à intrigue simple, faisant valoir l'importance de la patience, de l'entraide et de la débrouillardise.

### À la découverte du goût

- Récit qui plaira aux élèves de la 1<sup>re</sup> et de la 2<sup>e</sup> année
- À l'aide d'ateliers amusants et simples à organiser, Mandarine et Kiwi font découvrir au lectorat comment les cinq sens nous permettent de goûter chaque saveur.



### Pourquoi ce livre?

- Œuvre informative qui renseigne le lectorat sur les cinq sens tout en l'incitant à participer à des expériences amusantes et enrichissantes.

## Pour les élèves de la 4<sup>e</sup> à la 8<sup>e</sup> année

### Respire par le nez!

- Conte pour les élèves de la 4<sup>e</sup> année
- Une aventure à travers champs, forêts et montagnes s'offre à Astri et Tari, deux souris fort différentes qui, sans des circonstances bien particulières, n'auraient jamais choisi de voyager ensemble. Mais voilà qu'un jour de grands vents les poussent à entreprendre une expédition qui transformera leur vie.

### Pourquoi ce livre?

- Conte traitant de l'importance d'avoir des habitudes de vie saines, telles que maîtriser sa respiration et faire régulièrement de l'exercice.



### Ernest et les vitamines

- Bande dessinée pour les élèves de la 4<sup>e</sup> et de la 5<sup>e</sup> année
- À l'école, Ernest apprend que les vitamines sont essentielles à la bonne croissance. C'est en voulant aider ses parents à retrouver leur énergie qu'il apprendra que les vitamines, absorbées en trop grande quantité, peuvent aussi avoir des effets étonnants et inattendus.



### Pourquoi ce livre?

- Intrigue cocasse permettant de s'amuser et de réfléchir aux effets des vitamines en même temps.

### La traversée du dessert

- Bande dessinée pour les élèves de la 4<sup>e</sup> et de la 5<sup>e</sup> année
- L'aventure d'Ernest, d'Émilie et de Steve, trois jeunes d'un jeu vidéo qui traite les bienfaits d'une saine alimentation

### Pourquoi ce livre?

- Intrigue cocasse dont les multiples péripéties permettent de réfléchir à l'importance de faire des choix santé malgré l'omniprésence de la malbouffe.

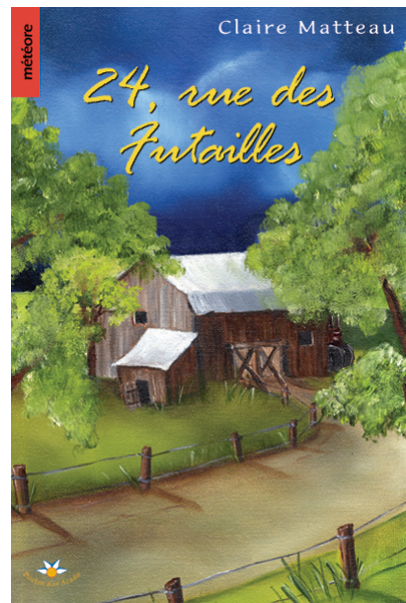


---

## Pour les élèves de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année

### 24, rue des Futailles

- Roman pour les élèves de la 9<sup>e</sup> et de la 10<sup>e</sup> année
- À la fin juin, la famille Dutrissac déménage à Ville-de-Monnoir. Dès les premiers jours, Pierre-Étienne et ses trois sœurs prennent plaisir à découvrir leur nouvel environnement. En peu de temps, ils se lient d'amitié avec des adolescents de leur âge. L'été s'annonce heureux pour chacun. Personne ne soupçonne que les événements prendront sous peu une bien mauvaise tournure dans la vie d'Élise...



### Pourquoi ce livre?

- Intrigue qui traite les troubles de l'alimentation, dont l'anorexie et la boulimie.

---

### Hò

- Roman pour les élèves de la 11<sup>e</sup> et de la 12<sup>e</sup> année
- Cobaye d'un programme d'amélioration génétique, Hò, 16 ans, est devenu une véritable machine à soulever de la fonte. Soumis à des expériences atroces et bourré de médicaments aux effets dévastateurs, le corps du jeune haltérophile menace de lâcher à tout instant. Mais avant, il lui reste une mission cruciale à accomplir : dénoncer ce qu'il a vécu afin que la victoire ne devienne jamais plus importante que la vie.

## Pourquoi ce livre?

- Intrigue contenant des retours en arrière, des ellipses et des allusions à des événements futurs, permettant de présenter de façon originale une histoire s'étalant sur plus de 40 ans, depuis l'enfance de Hò jusqu'à l'émigration de Lin au Canada.

