Sophie Carquain

Il était une fois la nuit

25 histoires pour aider les enfants de 3 à 10 ans à bien dormir

Illustrations de Charlotte Sjöstrand

LEDUC.S EDITIONS

Il était une *fois* la nuit

Pour bien dormir, l'enfant doit être rassuré et il doit surmonter ses peurs.

Les psychanalystes soulignent l'importance des contes pour les enfants : ils transmettent un message, développent leur vocabulaire, créent du lien entre parents et enfants, rassurent, leur permettent de vivre leurs émotions, de traverser des épreuves… Et de grandir.

Indispensables le soir au moment du coucher, ils permettent à l'enfant d'accéder en douceur aux rives de la nuit… Voici donc :

★ 25 histoires magnifiquement illustrées par Charlotte Sjöstrand réparties en grandes thématiques : « pas envie de me coucher », peur du noir, cauchemars, *co-sleeping*, rituels interminables, doudou et tétine…

★ Des contes en fonction de l'âge de l'enfant : une pastille comme repère pour savoir quelle histoire raconter à son petit.

★ Et pour les parents, des éclairages et des conseils pour les accompagner eux aussi dans cette étape du coucher.

★ À partir de 4 ans

★ À partir de 3 ans

Il était une fois la nuit ou des histoires pour l'aider à franchir les étapes du sommeil.

Formée à la psychologie, **Sophie Carquain** est écrivain et journaliste spécialisée en psycho. Elle est l'auteure notamment du best-seller *Cent histoires du soir* (Marabout) et de *Petites histoires pour devenir grand* (Albin Michel), traduit en six langues. **Charlotte Sjöstrand** a illustré *Ma maîtresse est un dragon* (Zethel). Elle a publié plusieurs ouvrages à l'École des loisirs, dont *Grand petit dragon*.

ISBN : 979-10-285-1234-7

9 791028 512347

16 euros

Prix TTC France

LEDUC.S EDITIONS

design : Laurence Maillet

RAYON : PARENTALITÉ

Sophie Carquain

Il était une fois la nuit

25 histoires du soir pour aider les enfants de 3 à 10 ans à bien dormir

Illustrations de Charlotte Sjöstrand

LEDUC.S EDITIONS

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :
https://tinyurl.com/newslettersleduc

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne
sur notre site :
www.editionsleduc.com

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog
et sur les réseaux sociaux.

Suivi éditorial : Caroline Fait
Mise en pages : Marthe Oréal

© 2018 Leduc.s Éditions
29, boulevard Raspail
75007 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 979-10-285-1234-7

Sommaire

Introduction • Dormez, les petits… 5

Chapitre 1 • « Pas envie de me coucher ! »
La peur du néant 11

Chapitre 2 • La peur du noir 43

Chapitre 3 • Les cauchemars et les terreurs
nocturnes 75

Chapitre 4 • Les lève-tôt 91

Chapitre 5 • Tout seul comme un grand !
Le *co-sleeping* en question 105

Chapitre 6 • Les rituels interminables 123

Chapitre 7 • La sieste 139

Chapitre 8 • Le doudou 153

Chapitre 9 • La tétine 169

Chapitre 10 • « Et si je ne dormais pas ? »
L'anxiété du coucher 181

Bibliographie 202

Index par âges 204

Table des matières 206

Introduction
Dormez, les petits…

Quel est le point commun entre un câlin, un bravo et une histoire du soir ?

Tous relèvent d'un droit inaliénable de l'enfant : celui d'être rassuré ! Ce sont des cadeaux que nous, adultes, lui offrons pour le faire grandir.

Fées, lutins, trolls, souris vertes ou marchands de sable… Ces personnages le bercent dès ses premiers mois, que ce soit dans les comptines à doigts, que l'on fredonne en rythme dans la paume de ses menottes, dans les albums illustrés (sonores ou non), ou dans les recueils de contes.

Les psychanalystes ont beaucoup glosé sur l'importance des histoires du soir pour l'enfant : elles lui transmettent un message, développent son vocabulaire, créent du lien avec les parents, le rassurent, lui permettent de vivre ses émotions par héros interposés, de traverser des épreuves… et de grandir.

Si on peut les lire à n'importe quel moment, elles sont surtout indispensables au moment du coucher, car elles permettent à l'enfant d'accéder en douceur aux rives de la nuit. N'est-ce pas la plus jolie des façons de passer d'un monde à un autre – de la lumière à l'obscurité ?

Et la nuit efface les repères…

En effet, l'irruption de la nuit, dès le plus jeune âge, est souvent synonyme d'étrangeté, de peur, de frayeur. Avec le noir, les contours du réel se floutent, s'effacent petit à petit. Le bras du

fauteuil, là, devant nous, n'est plus si défini. N'est-il pas en train de bouger, de prendre vie, telle la tentacule d'un monstre ? C'est comme si le brouillard, soudain, envahissait notre scène de vie. Rappelez-vous quand vous mesuriez moins d'un mètre… Plus que la nuit noire, c'est le clair obscur qui impressionne : là où, d'après Vladimir Jankelevitch, naissent les monstres. Le philosophe Charles Pépin (dans *La Magie du sommeil* d'Isalou Regen, aux éditions Leduc.s) ne rappelle-t-il pas que, si la nuit est le moment où tout se calme, le soir fait ressurgir, lui, les questions sur le sens de la vie, les angoisses, la sagesse de Minerve… Très tôt, l'enfant connaît cette peur du noir quand le soir avance : bébé, il crie ; plus grand, il s'énerve. Les parents savent qu'il faut commencer à passer en « mode mineur », à réduire progressivement le rythme, à aller decrescendo, à l'entourer d'amour.

Rassurer en portant… par les mots

Le bébé, nous le portons dans nos bras, tout contre nous, au début de la vie. Le pédiatre Donald Winnicott (père de « l'objet transitionnel » ou doudou) l'a affirmé : le *holding* et le *handling* (le portage, le maternage, la façon dont on serre le bébé contre soi, dont on le regarde, les soins dont on le gratifie) sont indispensables à l'enfant pour se construire, dans son corps et même son psychisme naissant.

Quelques mois plus tard, quand il devient bipède et qu'il trottine, on le soulève moins souvent. On l'installe dans une poussette, on le tient par la main. Le corps-à-corps se délie, s'espace, et, alors, magie… les mots surgissent pour le remplacer. Notre voix prend le relais du corps, cette fameuse voix off qui rassure, élève, porte à sa façon. Une voix « porte-bébé » en somme. Ne répétons-nous pas : « Allez, mais oui, tu peux y arriver ! », « Tu n'as plus besoin de moi pour te porter vers la crèche. Allez, zou, tu peux marcher seul ! » Le soir venu ? C'est encore plus prégnant : « Il est temps d'aller dormir », « Je vais te raconter une histoire. »

Les histoires sont là, en effet, pour nous aider à continuer à « porter » symboliquement notre enfant, au moment du passage du jour à la nuit. Certains adultes s'en souviennent encore. Dans leur lit, ils restent accrochés à leur radio ou à leurs écouteurs pour entendre une douce voix faire la transition entre deux mondes.
Les images et les métaphores sont importantes. Elles sont le moyen idéal d'entraîner les enfants vers une visualisation positive, vers ce « lieu sûr », dont parlent les psychologues – un lieu où l'on se sent bien, rassuré… On parle aujourd'hui de l'effet positif et quasi hypnotique des métaphores sur le bien-être des petits et des grands. Ce livre y participe à sa manière : l'anxiété de départ, ressentie par le petit héros, qu'il soit Émile Ourson, Justine ou Lutin Chris, est progressivement balayée par le rythme doux, la réassurance, la fin douce et heureuse, la réconciliation avec le soir, la nuit. Et les illustrations de Charlotte Sjöstrand, très proches du « style gravure », jouent elles aussi leur rôle, avec l'effet hypnotique de la spirale noire et blanche.

Raconte-moi une histoire… pour petits lunaires

J'ai écrit dans un précédent ouvrage[1] que les histoires s'adressaient à l'enfant cosmique, celui qui est en phase avec l'univers entier – visible et invisible –, et, plus encore, à l'enfant lunaire. L'enfant solaire ? C'est l'écolier qui va sagement à l'école, qui écoute en classe, fait ses devoirs, rentre à la maison. Son cerveau gauche, celui de la rationalité, est sollicité. Mais *quid* de son cerveau droit – celui des émotions ? L'école ne s'en occupe guère, malheureusement.
L'histoire, pourvu qu'elle use de métaphores, d'images, et sollicite l'imaginaire, s'adresse à l'enfant lunaire, à sa part obscure, celle que l'on voit moins, celle qui rêve, imagine, crée. Elle parle au cœur, plus qu'à la tête, au cerveau droit de l'enfant, aux émotions – tristesse, joie, peur, colère, amour, empathie…

1. *Petites histoires pour devenir grand*, illustré par Michel Boucher, Albin Michel, 2016.

Et, parce qu'elle convoque et sollicite les émotions, l'histoire va faire « bouger » quelque chose dans le corps bien plus sûrement qu'une leçon de morale ou qu'une injonction sèche : « Allez, il est temps d'aller au lit ! » Rappelez-vous les mots de Bruno Bettelheim, l'auteur de *Psychanalyse des contes de fées* : « L'enfant, qui est sujet à des actes désespérés de solitude, est souvent incapable d'exprimer ses émotions par des mots… Il ne le fait que par des moyens détournés. » Ces moyens détournés ? C'est le conte, bien sûr, qui lui fournira, comme le précise le psychiatre psychanalyste, « une prise pour escalader ». Il incarne ses angoisses de façon détournée, sans faire intrusion dans son monde, mais en parlant à son subconscient. C'est aussi le personnage imaginaire – elfe, lutin, marchand de sable… –, cet avatar de lui-même, avec lequel il peut de cette façon s'identifier sans risque.

Le passage d'une rive à une autre

L'histoire du soir est une façon de porter l'enfant vers la réassurance, le bien-être, le sommeil. Une histoire n'a pas besoin d'expliquer. C'est bien la force de la littérature, qui propose de pénétrer dans un « autre monde » sans aucune explication rationnelle. « Il était une fois » est l'incipit des contes et aussi une manière d'entrer dans l'univers de la nuit, des rêves… Ainsi, l'histoire est un pont idéal, qui fait traverser l'enfant, parfois sans même qu'il s'en rende compte, du jour à la nuit. De l'activité à la veille. En le délestant de l'anxiété et de la peur du noir.

Certains parents s'imaginent que rester à côté de l'enfant, lui tenir la main, l'aidera à plonger dans le sommeil. C'est en réalité le contraire. Si vous continuez à le toucher, à le porter, voire à vous allonger auprès de lui, l'enfant s'imaginera forcément qu'il n'est pas capable d'entrer seul dans le sommeil.

Grâce à l'histoire, de la même manière qu'il passe du *holding* par le corps au *holding* par les mots, l'enfant délaissera, progressivement

son vieil ours pelé, son bout de chiffon, bref, son doudou, pour le remplacer par les mots qui rassurent. N'est-ce pas ce que nous avons tous fait, en quittant l'objet matériel – la peluche – pour un monde imaginaire – la littérature – ? Si vous lui offrez une histoire, il saura se l'approprier, en faire son miel.

Lire le matin, le midi, le soir…

Les histoires de ce livre sont partagées en deux groupes : les histoires pour les tout-petits, de 3 à 5 ans, et celles pour les un peu plus grands, de 5 à 8-10 ans. Je les ai structurées en différents chapitres : la peur du néant, la peur du noir, les cauchemars et les terreurs nocturnes, le doudou, la tétine, etc.
Je vous conseille de lire les histoires qui parlent des cauchemars pendant la journée ; pour les autres, qui bercent, portent et rassurent, n'ayez aucune retenue : lisez-les le soir, avant la sieste, à tout moment.

- Avant de lire l'histoire, isolez-vous quelques secondes pour fermer les yeux et vous rendre disponible à l'exercice qui va suivre. Éteignez téléphone et tablette. Soyez tout entier, tout entière, à votre affaire.
- Faites-vous plaisir. Imaginez-vous tel le comédien sur scène : mettez le ton, changez de registre, souvent. Prenez une grosse voix pour mimer un loup, un lion ou le père Noël, adoptez une voix suraiguë ou fluette pour faire parler un lutin, un doudou ou un enfant.
- Mettez-y vraiment du vôtre. Si vous êtes préoccupé, indisponible psychiquement, si vous lisez l'histoire par-dessus la jambe, votre enfant va s'en rendre compte. Il ne sera pas satisfait et vous demandera une deuxième, une troisième, une quatrième histoire…

Une histoire, c'est une petite friandise avant la longue séparation de la nuit…

Chapitre 1

« Pas envie de me coucher ! »
La peur du néant

À partir de 3 ans

Au lit, les minuscules !

Ce conte aide les enfants à :

- s'approprier les rituels,
- dépasser leur peur de la nuit,
- s'endormir tout seuls.

La nuit est tombée,
comme un grand drap bleu
si doux…
Dans nos maisons, sur la forêt
de velours…
Que se passe-t-il sous terre,
chez les minuscules ?

la petite araignée

– Allons, mes filles,
cessez de sauter sur la toile
comme sur un trampoline !
dit Papa Araignée.
Tenez-vous tranquilles !
Faites un nœud à votre fil.
Il est temps de se coucher…
Arrêtez de tricoter.
Allongez vos pattes.
Repliez vos mandibules.
– Papa, regarde, la vilaine mouche !

Elle me regarde de ses gros yeux.
– Tiens, attrape ça !
Et Papa Araignée lance un long, très long morceau de fil.
Estelle, Daphné, Aglaé et toutes les autres
attrapent le fil de soie.
C'est si doux !
Estelle s'allonge,
le bout du fil sur sa joue.
Daphné s'enroule dedans – c'est comme une couverture !
Aglaé se chatouille le bout du doigt de pied
avec le bout du bout du fil.
Et soudain… Aaaah, elles bâillent, les araignées.
Elles ferment leurs dix yeux… Quinze yeux…
Trente yeux…
Quelle importance ?
En route vers le pays heureux…

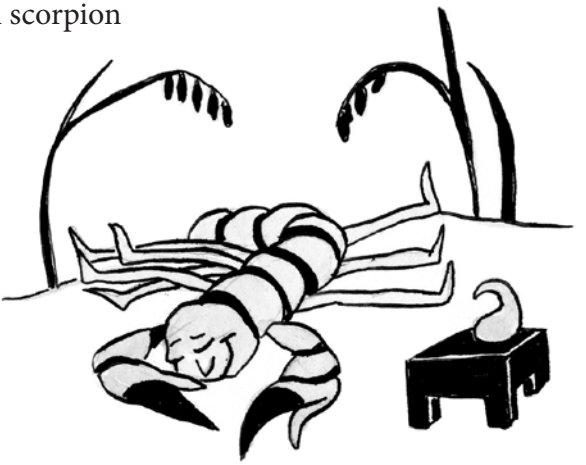
le mille-pattes

Oh, il est épuisé, le mille-pattes !
Si fatigué !
Et quand il regarde ses mille pieds,
ses mille baskets, ses mille socquettes,
il est encore bien plus épuisé.
Il est tombé dans la boue, ce matin,
il doit laver ses petits pieds…
– Allez, mon garçon, je vais t'aider,
souffle maman, comme une fée.
– Allonge-toi, lui dit papa,
je vais délacer moi aussi
tes petits souliers.
Aaaaah, comme cela fait du bien
de pouvoir s'allonger.

Et un, et deux, et trois p'tits pieds,
Et quatre, et cinq, et six petons,
Oh, il ne compte pas les moutons,
il frétille de ses petits pieds mignons,
et il bâille, et fait ronron…
Ça y est, au dodo, le mille-pattes !
Comme la nuit est belle !

le petit scorpion

Le petit scorpion
laisse son dard à côté de lui.
Il le dépose sur sa table de chevet.
Et, soudain, dans son corps de scorpion,
tout devient aussi calme que l'eau d'un lac,
le sable doux du désert,
le chuchotement d'une feuille sous le vent…
Demain, il faudra reprendre son dard,
car un scorpion reste un scorpion
avec son poison.
Mais rien ne presse,
adieu le stress…
En attendant,
c'est la nuit,
la nuit tranquille,
la nuit gentille…



la coccinelle

Arielle, la coccinelle,
a replié ses ailes
dans le fond de son lit,
quitté sa robe à points,
enfilé son pyjama bleu nuit,

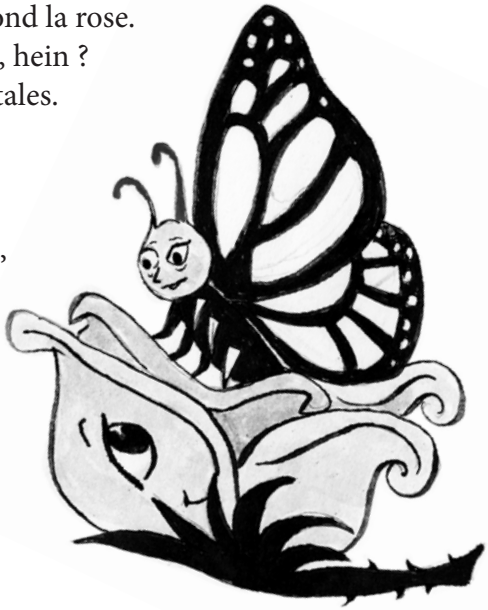
fermé ses yeux, c'est bon, c'est bien…
Fini maintenant le babillage !
Salut, Arielle, et bon voyage…

le ver dodu

Le petit ver dodu se détend, se tortille,
se tortille, se détend.
Il cherche sa place sur son carré de mousse.
Dans la forêt, il fait si clair,
il fait si bon…
Un peu frisquet.
Il enfonce son bonnet de nuit sur sa tête,
il enfile son pyjama à une jambe,
son unique chaussette.
Dans sa tête, ça tourne…
Aujourd'hui, j'ai creusé
un trou, deux galeries, trois souterrains…
C'est drôlement bien !
Fini tout ça, il faut dormir.
Il s'allonge sur sa mousse,
pose délicatement son unique pouce
sur son ventre dodu,
ça monte, ça descend, ça descend et ça monte,
ça respiiiiire…
Comme il fait chaud
dans la forêt,
sur ce carré de mousse,
éclairé par la lune douce…
Je dors, pouce !

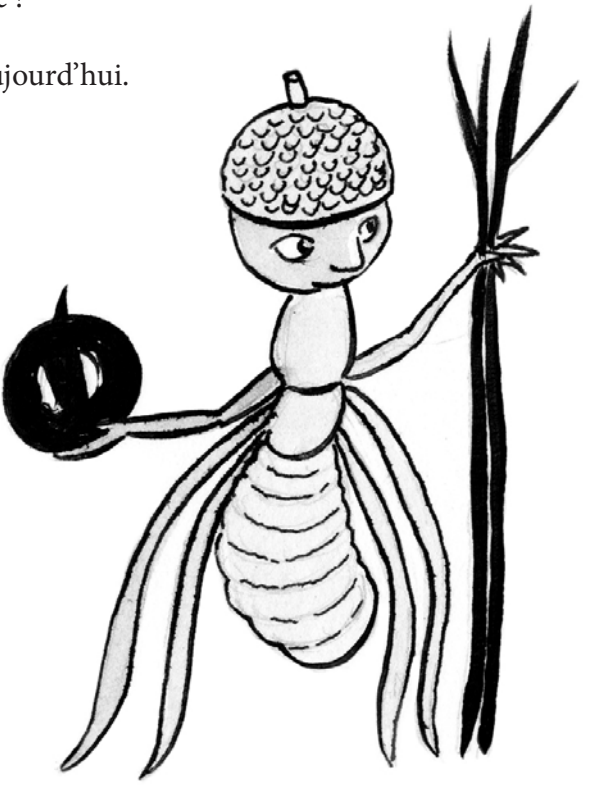
le papillon dans son cocon

Il a volé toute la journée,
butiné, rebutiné et re-re-rebutiné,
de rose en tulipe, de pâquerette en marguerite.
Le papillon rentre au logis,
dans le cœur de sa rose favorite.
– Enfin toi ! soupire la fleur.
J'ai cru que tu t'étais perdu…
Tiens, regarde, viens te reposer contre mon cœur.
Je t'ai gardé un peu de nectar du soir.
Le papillon hoche la tête.
Ce qu'il souhaite,
c'est son pyjama-cocon,
son souvenir de chenille…
– C'est un secret entre nous, hein ?
– C'est un secret entre nous, répond la rose.
– Jamais tu ne le diras aux autres, hein ?
– Je le jure sur le bout de mes pétales.
Le papillon Monarque
se glisse dans son cocon
et redevient chenille,
sans âge, sans ailes, juste chenille,
toute petite fille.
Comme c'est doux
de s'endormir,
sans penser à butiner,
dans son amour de cocon.
Bonne nuit, papillon mignon !



la fourmi

Elle ramasse ses affaires :
sa cupule de gland, ses brindilles,
ses souliers, ses brins d'herbe,
son oreiller-groseille, son édredon-framboise.
Ses yeux se ferment.
– Tu viens, la fourmi ? grogne le bourdon.
Arrête de travailler, ils sont tous endormis…
Quand la fourmi rejoint le dortoir,
ils sont tous en train de ronfler.
Le papillon, le ver dodu, les araignées,
le scorpion, le mille-pattes, le bourdon,
et même la coccinelle !
Allez, petite,
tu as bien travaillé aujourd'hui.
Vite, au lit…



À partir de 3 ans

La nuit, ma maison fée s'endort doucement…

Ce conte aide les enfants à :

- **apprivoiser la peur de l'inconnu,**
- **s'endormir progressivement.**

– Au lit, petite Mouna !
Mouna plisse son front de fée.
– Déjà ?
Encore ?
Pourquoi ?
J'y suis déjà allée hier soir,
avant-hier-soir,
avant-avant-hier-soir,
et puis… il n'est pas l'heure !
rouspète-t-elle.

– Bien sûr que si, répond Maman Fée.
Regarde la pendule : la petite aiguille est sur le huit et la grande est sur le six.
8 h 30.
C'est l'heure pour les petites fées de replier leurs ailes, fermer leurs paupières, accueillir le grand calme au creux de leur ventre
et déposer leur baguette magique dans son étui,
sur la table de chevet.

Mouna trépigne.
– Et pourquoi je devrais aller dormir
alors que tout est éveillé autour de moi ?
Regarde ! Tout le monde bouge encore.
Je suis toujours la seule à aller me coucher !
Même Lulu Chat continue à gambader
dans le noir, à sauter sur les tables,
à gratouiller le sol.

– Lulu Chat dort pendant la journée,
comme tous les chats
répond Maman Fée,
mais les enfants fées, eux, vivent le jour
et dorment la nuit !
Papa Elfe arrive sur ces entrefaites.
– Si tu penses que la maison est encore réveillée,
viens avec moi !
Nous allons faire venir le sommeil…

Maman Fée fronce les sourcils.
Qu'est-ce que papa a encore inventé ?
– Allez, dépêchons…
Attrape ta baguette
et suis-moi, petite Mouna !

Mouna fait un large sourire.
Elle ouvre son étui de velours bleu,
attrape sa baguette,
enfile ses chaussons,
déplie ses ailes soigneusement et s'envole,
à la suite de son papa.

– Nous allons endormir la maison,
dit-il, les yeux brillants.
Suis-moi, petite Mouna.

Ils parcourent le couloir, tout noir,
Direction la cuisine.
Mouna brandit sa baguette et la pointe
vers le lave-vaisselle,
qui ferme sa bouche : clap !
et se met à ronfler doucement.
Mouna pointe sa baguette
vers le réfrigérateur,
qui ronronne et bourdonne,
vers la poubelle,
chaudement emballée de noir,
qui ferme son clapet, odoriférant puant.
– À demain, petite poubelle, repose-toi bien
de tous ces détritus, tous ces vieux papiers…
Fais de beaux rêves parfumés !

Puis Mouna se dirige
vers le garde-manger.
– Petit placard, il est temps de dormir…
La boîte de céréales se referme dans un froissement,
les miettes de pain se regroupent en rangs d'oignons,
les tranches de pain respirent à travers leurs trous de nez,
les spaghetti font craquer leurs os,
les grains de poivre cessent de ricaner,
les grains de riz bâillent les uns après les autres,
les uns entraînant les autres,
et ça bâille, et ça bâille,
c'est contagieux !

5W

Toute la cuisine se prépare pour la nuit…

– Direction… la salle de bains ! chuchote Papa Elfe.
Mouna dirige sa baguette vers le fond de la pièce.
le sac à linge sale ricane et agite ses orteils puants,
le lave-linge referme son tambour,
la baignoire étend son grand corps blanc,
glou glou,
le robinet se visse jusqu'à la dernière goutte,
pour éviter bavardages
et dégoulinades.

Les W.-C. font un délicat petit prout
avant de s'endormir.
La télévision éteint son pauvre cerveau surmené
et la tablette sombre dans le noir total.
– Au revoir, petit téléphone !
Repose-toi bien… Avant demain !

Hop, un coup de baguette
sur les fauteuils, qui, enfin, se détendent
après avoir été écrasés par tant de fesses
toute la journée.
Et hop, un coup de baguette
sur la table, qui a porté tant d'assiettes,
tant de plats, tant de fourchettes et tant de coudes !
Et hop, un coup de baguette
sur la plante verte, qui referme ses feuilles,
sur le cartable, qui s'écroule dans un coin,
sur les cahiers, qui se ferment enfin,
sur les baskets, qui se délassent, ou se délacent…
– Je crois que ça y est, fait papa,

d'une petite voix.
Nous avons endormi toute la maison !
– Ah non, nous avons oublié quelqu'un !
Lulu Chat passe dans le couloir,
tip tap, tip tap,
et regarde Mouna en clignant des yeux.
Mouna bâille aussi
car la poudre magique qui flotte autour d'eux
est entrée dans ses yeux, dans ses narines, dans sa bouche,
dans tout son corps,
comme une caresse magique.
Dans son lit, Mouna a fermé les yeux.
C'est si doux d'endormir tout le monde…
Mais qu'est-ce que c'est fatigant !

À partir de 4 ans

Au lit, les majuscules !

Ce conte aide les enfants à :

- **amadouer leur peur du noir,**
- **calmer leur corps et leur mental,**
- **adopter la « position du sommeil ».**

Chaque soir, Justine la lutine range ses joujoux… Aujourd'hui, elle s'est amusée à créer des mots avec ses drôles de lettres en bois peint.
– Maintenant, au lit, les majuscules ! Je vais fermer la boîte et vous allez toutes faire dodo, murmure la petite lutine.
Mais sur les vingt-six lettres de l'alphabet, certaines n'ont pas du tout envie d'aller se coucher…

A

Il danse, danse, danse, le A, sur ses grands pieds.
Droit, gauche, droit, gauche,
il sautille d'un pied sur l'autre.
Cesse de bouger, il est temps de te coucher !
Tiens-toi tranquille, comme ton ami le I !
Va vite au lit, petit A,
et bonne nuit !

B

Le B s'assied sur deux coussins ronds,
doux et bons comme des bonbons.
Un sous la tête, un sur le ventre,
c'est chaud… comme une bouillotte.
Prends ta tototte, petit B,
va vite au lit,
et bonne nuit !

C

Le C, de sa douce menotte,
attrape un petit bout de nuit
pour s'endormir comme une marmotte.
Les pieds levés,
les yeux fermés,
va vite au lit, petit C,
et bonne nuit !

D

Le D est rempli de dodos,
de doudous,
de douceur,
de demi-lunes,
demi-sourires,
demi-soupirs,
demi-sommeil.
Do, ré, mi, fa, sol, la, si, do !
Allez, petit D, va vite au lit
et bonne nuit !

Nous espérons que cet extrait vous a plu !

Il était une fois la nuit
Sophie Carquain

J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**, **invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LEDUC.S EDITIONS