

Éditions du CHU Sainte-Justine  
**Communiqué**  
Pour diffusion immédiate

DEPUIS  
**25 ANS**  
SAVOIR-FAIRE • ENGAGEMENT  
Éditions du CHU Sainte-Justine

Nouvelle  
présentation!



## Enfin je dors... et mes parents aussi

**Montréal, le 3 août 2018.** Le sommeil est incontestablement la clé du bon développement de l'enfant, mais aussi d'une vie familiale sereine et équilibrée. Pourtant, il reste un défi à atteindre pour plusieurs personnes...

*Enfin je dors... et mes parents aussi* présente les notions relatives au sommeil du bébé, du jeune enfant et de l'adolescent. Entièrement revue et mise à jour, cette nouvelle édition s'attarde également aux troubles du sommeil pouvant survenir chez l'enfant qui a notamment des terreurs nocturnes et de l'apnée du sommeil ou encore qui vit des problèmes particuliers comme des coliques, des otites, un TDAH, de l'asthme ou une atteinte neurologique.

*Enfin je dors... et mes parents aussi*, une indispensable ressource pour les parents!

- › Des routines de coucher simples et efficaces.
- › Des techniques pour que l'enfant s'endorme et se rendorme seul.
- › Des stratégies pour l'enfant qui vit un problème de santé.

### Données techniques

**Format:** 12 cm x 18 cm  
**Pages:** 184 pages  
**Prix:** 16,95 \$ • 11,95 € (imprimé)  
12,99 \$ • 8,99 € (numérique)  
**ISBN:** 978-2-89619-851-1 (imprimé)  
978-2-89619-852-8 (pdf)  
978-2-89619-853-5 (ePub)

**Collection:** Parlons Parents

### Renseignements:

Marise Labrecque • 514 345-7743 • marise.labrecque.hsj@ssss.gouv.qc.ca  
Marie-Ève Lefebvre • 514 345-2350 • marie-eve.lefebvre.hsj@ssss.gouv.qc.ca

[www.editions-chu-sainte-justine.org](http://www.editions-chu-sainte-justine.org)

[www.facebook.com/ChuSteJustine](https://www.facebook.com/ChuSteJustine)

<https://twitter.com/ChuSteJustine>

Contact presse: Pascale Patte-Wilbert • 05 45 85 79 00 • ppattewilbert@wanadoo.fr

Evelyne Martello est infirmière clinicienne. Elle a travaillé pendant une quinzaine d'années auprès des enfants et de leurs parents au Centre de développement du CHU Sainte-Justine. Depuis 2008, elle œuvre à la Clinique du sommeil de l'Hôpital Rivière-des-Prairies. **Cet ouvrage fort populaire est offert dans une toute nouvelle présentation. Pour les 25 ans de la maison d'édition, la Collection du CHU Sainte-Justine pour les parents devient la Collection Parlons Parents.**

 Éditions du  
**CHU Sainte-Justine**  
Le centre hospitalier  
universitaire mère-enfant