

Lila la renarde et l'étoile perdue

Une histoire douce pour apprendre à
demander de l'aide

NAHNAH AI

Lila la renarde et l'étoile perdue

Une histoire douce pour apprendre à demander de l'aide

NAHNAH AI

Ce livre a été rédigé avec l'aide d'outils d'intelligence artificielle.

Sommaire

Avant de commencer l'histoire	4
CHAPITRE 1	
Une étoile qui disparaît	5
CHAPITRE 2	
Le départ de Lila	6
CHAPITRE 3	
Le hérisson du sentier	7
CHAPITRE 4	
La chouette qui voit loin	8
CHAPITRE 5	
Le lac qui brille	9
CHAPITRE 6	
Un coup de pouce collectif	10
CHAPITRE 7	
L'étoile retrouvée	11
CHAPITRE 8	
Dodo, petite renarde	12
Bonne nuit, petit cœur	13

Avant de commencer l'histoire

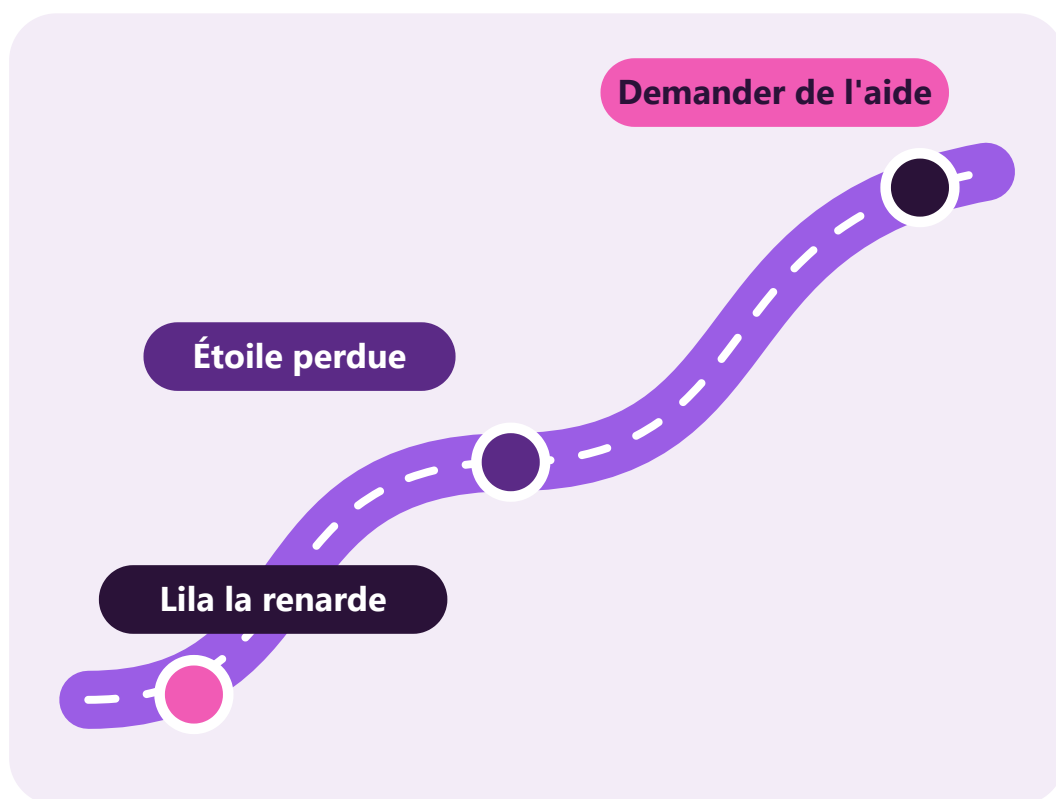
Ce petit livre est une histoire du soir pour les enfants de 3 à 6 ans. Il raconte les aventures de Lila, une petite renarde curieuse, qui part chercher une étoile disparue.

Il s'adresse aux enfants et aux parents qui les accompagnent. Les phrases sont courtes et les images faciles à imaginer. Vous pouvez lire à voix basse, en prenant le temps de faire des pauses.

L'histoire parle d'une chose toute simple : on a le droit de demander de l'aide. Lila essaie d'abord seule, se sent perdue, hésite, puis ose parler. C'est souvent ce que vivent les petits, et les grands aussi.

Chaque chapitre est une scène. À la fin, une question vous est proposée à poser à l'enfant, avec deux ou trois choses à observer ensemble sur l'image ou dans le récit. Rien n'est obligatoire : si l'enfant a sommeil, passez la question.

Pour la lecture, prévoyez quelques minutes par scène. Vous pouvez tout lire en une soirée ou en répartir les scènes sur plusieurs jours. Changez de voix selon les animaux, ralentissez vers la fin, et laissez l'enfant terminer ses phrases préférées.



Lila suit un chemin étoilé dans la forêt nocturne, accompagnée de ses nouveaux amis.

Une étoile qui disparaît

Lila remarque que le ciel est plus sombre que d'habitude.

Le ciel de ce soir n'est pas comme les autres

Le soir tombait doucement sur la forêt. Les feuilles bougeaient tout bas : frou, frou, frou. Lila la renarde sortit de son terrier, sa queue rousse en panache derrière elle. Elle adorait ce moment, quand le ciel s'allume petit à petit.

Lila leva le museau. Un point brillant, deux points brillants, trois... Elle les comptait toujours avec sa patte. « Je dis bonsoir à chaque étoile », murmura-t-elle, « comme à des amies. »

Mais ce soir, quelque chose clochait. Le ciel était plus sombre, comme une couverture trop épaisse. Lila compta encore, les yeux grands ouverts. Il manquait une étoile, la petite, celle qui clignait juste au-dessus du grand chêne. Où était-elle passée ?

EXERCICE

La question du soir

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Qu'est-ce que Lila a vu dans le ciel qui était différent de d'habitude ? » Laissez-le répondre à sa manière, en montrant l'image ou en faisant un geste, puis demandez-lui s'il a déjà perdu quelque chose qu'il aimait.

- ☐ L'enfant remarque que le ciel est plus sombre que d'habitude.
- ☐ L'enfant se souvient qu'il manque une étoile, la petite près du chêne.
- ☐ L'enfant dit ou montre comment Lila se sent (surprise, inquiète, curieuse).

Le départ de Lila

La petite renarde décide de partir chercher l'étoile.

Un petit sac, une grande idée

Lila la renarde ne dort pas. Elle regarde par la porte du terrier. Le ciel est tout sombre. Il manque une étoile, la petite étoile qui clignait toujours de son œil doré. « Je vais la chercher ! » dit Lila. Sa queue roussit de joie, frétille et fait voler un peu de poussière.

Lila trotte vers son coin des trésors. Elle prend un petit sac en tissu. Dedans, elle met une pomme croquante, une lanterne en forme de lune et son doudou-lapin tout doux. Elle ajoute un caillou rond, juste parce qu'il est joli. Un sac, c'est très sérieux pour un voyage !

Maman renarde dort à poings fermés, roulée en boule. Lila lui fait un bisou sur le bout du nez, sans bruit. Puis elle sort sur la pointe des pattes. L'herbe est fraîche et chatouille ses coussinets. Dans la nuit, la forêt chuchote : chhhut, chhhut. Lila lève le museau, serre son sac, et fait son premier pas. Elle se sent grande, très grande. Mais un petit frisson passe dans sa queue, juste un tout petit.

EXERCICE

La question du sac de Lila

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Si tu partais en voyage comme Lila, qu'est-ce que tu mettrais dans ton petit sac ? » Laissez-le inventer, montrer avec les mains ou dessiner son sac s'il en a envie.

- ☐ L'enfant nomme au moins un objet qu'il mettrait dans son sac.
- ☐ Il se souvient d'un objet du sac de Lila (pomme, lanterne, doudou ou caillou).
- ☐ Il montre ce que Lila ressent au moment de partir : joie, courage ou petit frisson.

Le hérisson du sentier

Lila trouve seule son chemin, mais se sent vite perdue.

Un chemin, deux chemins, trois chemins

Lila trotte sur le sentier, la queue bien haute. « Je connais le chemin ! » dit-elle. Pitter, patter, ses petites pattes font un joli bruit sur les feuilles. Elle passe près d'un gros champignon rouge. Elle saute par-dessus un tout petit ruisseau. Ouf, quelle fière renarde !

Mais tout à coup, le sentier se coupe en deux. Un chemin va à gauche. Un chemin va à droite. Et là-bas, un troisième chemin se cache derrière un buisson. Lila regarde à gauche. Elle regarde à droite. Elle regarde derrière le buisson. Lequel choisir ? Son ventre fait un petit nœud, comme un lacet.

Dans l'herbe, quelque chose bouge : frrr, frrr ! C'est un hérisson tout rond, avec des piquants tout doux. Il renifle son chemin sans lever le nez. « Bonsoir, Lila, dit-il. Tu cherches quelque chose ? » Lila serre sa queue contre elle. « Non, non, je sais où je vais », répond-elle tout bas. Mais ses oreilles, elles, tombent un peu.

EXERCICE

La question du soir

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Quand Lila ne sait plus quel chemin prendre, que ressent-elle, à ton avis ? Et toi, comment te sens-tu quand tu cherches et que tu ne trouves pas ? » Laissez-le répondre avec des mots, un dessin ou un geste.

- ☐ L'enfant reconnaît que Lila est un peu perdue.
- ☐ L'enfant nomme une émotion (inquiet, triste, gêné, curieux).
- ☐ L'enfant montre les oreilles ou la queue de Lila sur l'image ou les imite.

La chouette qui voit loin

Lila hésite, puis ose demander de l'aide à la chouette.

Un petit mot difficile à dire

Lila s'assoit au pied d'un grand chêne. Ses pattes sont fatiguées. Son ventre fait gargouiller. Le sentier a l'air de tourner en rond. Ouh... ouh... Quelqu'un chante tout là-haut.

C'est la chouette, sur sa branche, avec ses grands yeux ronds. « Bonsoir, Lila. Tu cherches quelque chose ? » Lila serre son petit sac. Elle pense : « Je suis une grande renarde, je dois y arriver toute seule. »

Sa gorge fait un petit nœud. Le mot « aide » est tout au fond, comme un caillou dans sa poche. Lila respire. Un grand souffle, puis un petit. Et le mot sort, tout doux : « Chouette... peux-tu m'aider ? »

La chouette sourit de tout son bec. « Bien sûr, Lila. Et merci d'avoir demandé ! » Elle déploie ses ailes, regarde très loin, et montre le lac qui brille derrière les arbres.

EXERCICE

La question de la chouette

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Pourquoi Lila avait-elle du mal à dire son petit mot ? Et toi, comment te sens-tu quand tu demandes de l'aide ? » Laissez-le répondre avec des mots, un dessin ou un geste.

- ☐ L'enfant reconnaît que Lila hésite avant de demander.
- ☐ L'enfant remarque que la chouette est contente d'aider.
- ☐ L'enfant sait nommer un moment où il pourrait demander de l'aide.

Le lac qui brille

Le blaireau aide Lila à traverser le lac sans peur.

Pas à pas sur les cailloux

Lila arrive au bord d'un grand lac. Plouf, plouf ! L'eau brille comme un miroir. Mais devant elle, il n'y a pas de pont. Seulement des cailloux ronds, posés dans l'eau, les uns après les autres.

Lila avance une patte. Elle la retire vite. Les cailloux sont glissants, et le lac est si grand ! Son cœur fait boum, boum, boum. Alors Lila s'assoit et ne bouge plus.

Tout près, un gros blaireau range des branches. Il a un museau rayé et un sourire tout rond. « Bonsoir, petite renarde. Tu as l'air d'avoir un peu peur. » Lila respire fort. Elle se souvient de la chouette. Elle dit tout bas : « Monsieur Blaireau, peux-tu m'aider ? »

EXERCICE

La question du soir

Demandez à l'enfant : « Qu'est-ce que Lila a dit au blaireau pour traverser le lac ? » Puis invitez-le à faire semblant de sauter de caillou en caillou, en comptant doucement.

- ☐ L'enfant retrouve les mots « peux-tu m'aider ? »
- ☐ L'enfant sait dire que Lila avait un peu peur
- ☐ L'enfant montre ce que fait le blaireau pour aider

Un coup de pouce collectif

Tous les animaux s'entraident pour retrouver l'étoile.

Chacun apporte sa petite aide

Sur l'autre rive du lac, Lila s'ébroue. Ses pattes sont toutes mouillées, mais son cœur est léger. Elle regarde la forêt et dit : « Je ne trouve toujours pas l'étoile. » Puis elle prend une grande respiration. « Mais je sais quoi faire. Je vais demander ! »

Lila appelle : « Ohé, les amis ! » Le blaireau arrive en trotinant. Le hérisson roule sur le sentier, tout rond. La chouette descend d'une branche, sans un bruit. « Notre étoile est perdue, dit Lila. Pouvez-vous m'aider ? » Tous sourient. « Bien sûr ! »

Alors chacun a une idée. La chouette regarde de très haut : « Je vois une petite lueur, là-bas, près des fougères. » Le hérisson se faufile sous les feuilles avec son petit nez. Le blaireau écarte les grosses branches avec ses larges pattes. Et Lila ? Elle éclaire le chemin avec sa queue rousse et douce, comme une lanterne.

EXERCICE

La question du soir

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Qu'est-ce que chaque animal a fait pour aider Lila ? » Laissez-le répondre avec ses mots, ses gestes ou en imitant les animaux.

- ☐ L'enfant se souvient d'au moins un animal qui aide
- ☐ L'enfant imite un geste ou un bruit d'animal
- ☐ L'enfant sourit quand Lila appelle ses amis

L'étoile retrouvée

L'étoile reprend sa place et la forêt s'illumine.

Là-haut, tout brille de nouveau

Les animaux se retrouvent au bord de la clairière. L'étoile est toute petite dans les mains de Lila, et elle tremble un peu, comme un oisillon. « Elle a froid, dit la renarde. Elle a besoin d'un coup de main, elle aussi ! » Tout le monde sourit.

Comment la remonter jusqu'au ciel ? Le blaireau se met à quatre pattes. Le hérisson monte sur son dos, tout rond et tout piquant. La chouette déploie ses grandes ailes et murmure : « Doucement, doucement. » Lila tend l'étoile, très haut, du bout des pattes.

Pouf ! L'étoile s'envole comme une bulle de savon. Elle monte, monte, monte, et se glisse à sa place entre deux voisines. Clic ! Elle scintille. La forêt entière devient dorée et argentée. Les feuilles brillent, le lac brille, et même la moustache de Lila brille.

EXERCICE

La question du soir

Après la lecture, demandez à l'enfant : « Qui a aidé Lila à remettre l'étoile dans le ciel, et comment ? » Laissez-le répondre avec des mots, des gestes ou en montrant l'image.

- ☐ L'enfant cite au moins un animal qui a aidé (blaireau, hérisson ou chouette).
- ☐ L'enfant se souvient que Lila n'a pas porté l'étoile toute seule.
- ☐ L'enfant dit ou montre comment il se sent quand l'étoile brille de nouveau.

Dodo, petite renarde

Lila s'endort, rassurée, en sachant qu'elle peut toujours demander.

Une nuit douce dans le terrier

Lila rentre chez elle sur la pointe des pattes. Le chemin est doux, la lune est ronde, et là-haut, l'étoile brille à sa place. Tchic, tchic, font les grillons. Lila sourit. Elle est fatiguée, mais si contente.

Dans le terrier, Maman Renarde l'attend avec une couverture chaude. « Alors, ma petite curieuse, as-tu passé une belle soirée ? » Lila bâille très fort. « Oh oui, Maman. J'ai eu un peu peur. Et j'ai demandé de l'aide. La chouette, le blaireau, le hérisson... tout le monde m'a aidée ! »

Maman la serre contre elle. « Tu as bien fait, Lila. Demander de l'aide, c'est permis. Ce n'est pas être petite, c'est être courageuse. » Lila ferme les yeux. Sa queue touffue se enroule autour d'elle comme un gros nuage roux. Dans le ciel, l'étoile cligne une dernière fois. Bonne nuit, Lila. Dodo, petite renarde.

EXERCICE

La question du dodo

Après l'histoire, demande doucement à l'enfant : « Qui as-tu envie d'appeler quand tu as besoin d'aide, comme Lila ? » Laisse-le répondre avec des mots, un dessin ou un câlin, sans te presser.

- ☐ L'enfant cite une personne ou un animal de confiance
- ☐ L'enfant se souvient d'un moment où Lila a demandé de l'aide
- ☐ L'enfant sourit ou semble apaisé à la fin de l'histoire

Bonne nuit, petit cœur

Ce soir, Lila a retrouvé son étoile. Elle a d'abord essayé seule, puis elle a demandé de l'aide à la chouette, au blaireau et aux autres animaux. Avec eux, le chemin est devenu plus léger.

Pour prolonger l'histoire, vous pouvez demander à l'enfant : « Et toi, à qui peux-tu demander de l'aide ? » Laissez-le répondre avec ses mots, sans corriger. Les prochains jours, saluez simplement les moments où il demande un coup de main, même pour un lacet ou un puzzle.

Demander de l'aide n'est pas un échec : c'est une façon d'avancer ensemble. Maintenant, on éteint la lumière, on respire doucement, et on laisse les étoiles veiller. Bonne nuit.