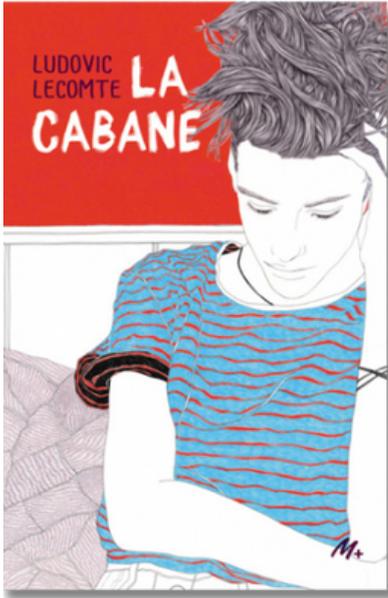


### LA CABANE

**Ludovic Lecomte**

L'École des loisirs, 2024



Le narrateur âgé de 16 ans n'est pas sorti de chez lui depuis six mois. Atteint du syndrome de la cabane, il souffre d'anxiété et se sent physiquement incapable de sortir. Grâce à des consultations par téléphone avec une psychologue et à l'aide d'une amie rencontrée sur les réseaux, il se prépare à faire ses premiers pas dans le jardin. Le roman est le récit des quelques heures précédant sa première sortie à l'extérieur.

*Publié dans la collection M +, ce roman court écrit à la 1ère personne est le premier roman pour ado écrit par l'auteur.*

# isolement #anxiété sociale # entraide

#### Extrait

"Le syndrome de la cabane. C'est le nom de ma maladie. Ça me fait toujours bizarre de dire "maladie". Je n'ai pas de fièvre, de douleurs, de toux, de maux de tête Et pas de médicaments pour me soigner. Pourtant je suis malade.

Atteint du syndrome de la cabane.

Je suis incapable de sortir de chez moi, incapable de passer la porte, incapable de mettre un pied dans le jardin."

#### Auteur



Ludovic Lecomte a toujours aimé raconter des histoires. Celles des autres d'abord, dans sa classe où les lectures à destination des élèves sont nombreuses, les siennes ensuite, au gré des ateliers d'écriture et des rencontres. Après avoir écrit pour les adultes, il ose mettre en mots des textes pour les plus jeunes avec le même plaisir.

#### Du même auteur

Série *Oscar et Carrosse* - L'École des loisirs

Série *La Forêt des grosses truffes* - Gulf stream

Pour aller plus loin :

[Interview de Ludovic Lecomte \(video\)](#)

### Ils en parlent

---

Le roman décrit très bien la maladie mentale qui bouleverse le quotidien, qui résiste aux explications rationnelles et aux efforts des uns et des autres pour améliorer les choses, et qui finit par isoler le malade et ses proches. (...) Il y a plein de raisons d'être anxieux à l'adolescence, et encore plus dans le monde d'aujourd'hui (...) C'est un âge où on peut facilement perdre tous ses repères. C'est de ça que parle ce roman, de manière très universelle : de la vulnérabilité des ados, mais aussi, de leur élan de vie, et de tout ce qui peut aider, quand on perd l'insouciance de l'enfance, à trouver un nouvel équilibre. **Libération**

En mai 2020, on a parlé du «syndrome de la cabane» devant la peine éprouvée par certains à se déconfiner, préférant la sécurité intérieure à l'exposition au monde extérieur. Le personnage de Ludovic Lecomte s'est renseigné sur l'histoire de cette «maladie» : les premiers à avoir souffert du syndrome de la cabane étaient les pionniers de la ruée vers l'or. Ils restaient si longtemps seuls dans leurs toutes petites cabanes qu'à leur retour, ils étaient incapables de vivre en société. La cabane, c'est un lieu a priori rassurant, un refuge, mais qui éloigne de la réalité. Le roman montre que l'entraide peut tirer par la manche, faire sortir de la cabane. **Radio France**

### Autour du roman

---

Une version audio est disponible au catalogue des Bibliothèques sonores de France :  
<https://lesbibliothequessonores.org>

### Contact auteur

---

**Site internet** : <https://ludoviclecomteauteur.wordpress.com/>

**Mail** : [ludovic.lecomte61@gmail.com](mailto:ludovic.lecomte61@gmail.com)